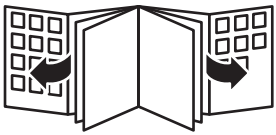
Wake-up Light

PHILIPS



1

D1
D2
D3
D4
D
SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL
E
B
C
PHILIPS
Wake-up Light
F
A
G
I
H
ALARM
RADIO
QUICK CHECK
G1
G2
G3
G4
G5
H1
H2
H3
20:59
SET
87.50
08:00
FM
87.50 or 18
08:00 or 08
H11
H12
H13
H14
H10
H9
H8
H7
H6
H5
H4

ENGLISH 6
DANSK 15
ESPAÑOL 24
SUOMI 34
NORSK 43
PORTUGUÊS 52
SVENSKA 62

HF3462/30, HF3462/20, HF3462/10, HF3461, HF3451

Introduction

This appliance helps you wake up feeling fitter and more energetic. It creates a summer dawn experience that makes awakening and getting up easier. The light intensity slowly increases to the chosen level during 30 minutes. Light reduces the level of the sleep hormone melatonin and increases the production of the cortisol hormone that makes you feel more energetic when you wake up. You can have the appliance wake you up by light only or by light and sound. The appliance can also be used as a reading lamp.

Light and the biological clock

Exposure to light regulates the biological clock that controls the body's circadian rhythms. The melatonin level rises in the evening, preparing our body for sleep and lowering the body temperature. The light in the morning stimulates the secretion of the hormone cortisol, which makes us awake and alert. Optimally, the circadian rhythms are in sync with our sleep-wake rhythm. Disturbed sleep and circadian rhythms can severely impact our health, performance and productivity. In autumn and winter, when the days are shorter and darker, many people experience tiredness and need more sleep. Lack of energy and trouble to get up in the morning are common symptoms of the winter blues. Other symptoms may be unexpected mood changes, concentration problems and a craving for food rich in fattening carbohydrates. Some people may even develop a serious depression (seasonal affective disorder or SAD), which disappears when spring comes.

The effects of dawn simulation

Hypersomnia is associated with a phase delay of the circadian rhythm. The Philips Wake-up Light regulates the circadian rhythm during the last half hour of sleep. In the early morning hours, our eyes are more sensitive to light than when we are awake. During that period, the relatively low light levels of a simulated natural sunrise are sufficient to phase-advance our biological clock, to suppress the melatonin production and to elevate the cortisol level upon awakening. Clinical studies have shown that regular use of a dawn simulator can alleviate even the severest symptoms of the winter blues. People who use the Wake-up Light wake up more easily and feel more energetic. Their overall mood, productivity and ability to concentrate are improved. With the Philips Wake-up Light, you can set the light level that corresponds to your light sensitivity for optimum dawn simulation.
For more information about the health benefits, see www.philips.com, search word "Wake-up Light".

General description (Fig. 1)

A Base
B Vents
C Lamp housing
D Top control panel
1 SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button
2 ☼ button (light on/off)
3 ⏻ button (light and sound on/off)
4 button (sound off)
E 100W lamp (HF3462, HF3461) or 75W lamp (HF3451)
F Lamp replacement hatch
G Bottom control panel
1 ☼ wheel (turn to set the light intensity)
2 ALARM button
3 RADIO button (HF3462, HF3461 only)
4 QUICK CHECK button
5 wheel (turn to set volume)
H Display section
1 ▲ button
2 Time indication

3 button (to set clock time)
4 button (to set alarm time)
5 Natural pond sound symbol (HF3462, HF3461 only)
6 Natural sea sound symbol (HF3462, HF3461 only)
7 Natural forest sound symbol
8 Gentle beep symbol
9 Radio symbol (HF3462, HF3461 only)
10 ▼ button
11 Radio frequency indication (HF3462, HF3461 only)
12 Light level indication (visible when light level is adjusted)
13 Alarm time indication
14 Sound level indication (visible when sound level is adjusted)
I Reset button

Note: The HF3462/30, HF3462/20, and the HF3462/10 are technical the same, they only differ in colour. Because of this the three versions will simply be called HF3462 in the rest of this user manual.

Important

- Read this user manual carefully before you use the appliance and save it for future reference (Fig. 2).
- This appliance is double-insulated according to Class II (Fig. 3).
- This appliance meets the requirements of the European Medical Device Directive MDD 93/42/EEC.
- Check if the voltage indicated on the appliance corresponds to the local mains voltage before you connect the appliance.
- The appliance is suitable for mains voltages of 230V.
- If the mains cord is damaged, you must have it replaced by Philips, a service centre authorised by Philips or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.
- Do not subject the appliance to heavy shocks.
- Water and electricity are a dangerous combination. Do not use this appliance in wet surroundings (e.g. in a bathroom or near a shower or swimming pool).
- Do not let water run into the appliance or spill water onto the appliance.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- Place the appliance on a stable, level surface and make sure there is at least 15cm free space around it and 40cm above it to prevent overheating (Fig. 4).
- Do not use the appliance at room temperatures lower than 10°C or higher than 35°C.
- Make sure the vents in the base and on top of the appliance remain open during use.
- Regularly remove dust from the inside of the appliance with a dry cloth, as accumulated dust close to a powerful lamp presents a potential fire hazard. See chapter 'Cleaning and maintenance' for more details.
- The appliance has been fitted with an automatic protection against overheating. If the appliance is insufficiently cooled (e.g. because the vents are covered), the appliance switches off automatically. Remove the cause of overheating, unplug the appliance and let it cool down for approx. 20 minutes. Then switch the appliance back on by plugging it in again.
- Let the appliance cool down for approx. 15 minutes before you clean or store it.
- Never use the appliance when the lamp housing is damaged, broken or missing.
- We advise you to set the light intensity for waking up to a setting between 9 and 20 (for the HF3451 with 75W lamp) or between 7 and 15 (for the HF3462, HF3461 with 100W lamp).

These settings correspond to light intensity levels of 100 to 300 lux. The correct setting depends on your light sensitivity and will have to be determined by yourself. It is possible to select a higher or lower setting. See chapter 'Using the appliance' for more details. If light level 20 of the HF3451 is not high enough, we advise you to move the appliance closer to the bed.

- If you wake up too early or with a headache, reduce the light level.
- If you share a bedroom with someone else, this person may unintentionally wake up from the light of the appliance, even though this person is further removed from the appliance. This phenomenon is the result of differences in light sensitivity between people.
- If you start having trouble waking up again, this is possibly due to a decrease in the lamp's light output that occurs after some time. In that case, you can increase the light level or replace the lamp.
- Consult your doctor before you start using the Philips Wake-up Light if you have suffered from or are suffering from a serious depression.
- Do not use this appliance as a means to reduce your hours of sleep. The purpose of this appliance is to help you wake up more easily. It does not diminish your need for sleep.
- Always replace the lamp with a Philips 75W E27 SOFTONE softwhite 230V T55 (HF3451) or a Philips 100W E27 SOFTONE softwhite 230V T55 lamp (HF3462, HF3461).
- The appliance has no on/off switch. To disconnect the appliance from the mains, remove the plug from the wall socket.
- If the appliance is used in an industrial area and/or near a power station, it may occur that, under certain circumstances, the lamp goes off after it has come on. This does not have an adverse or harmful effect on the safe functioning of the appliance the next time it is used.

Electromagnetic fields (EMF)

This Philips appliance complies with all standards regarding electromagnetic fields (EMF). If handled properly and according to the instructions in this user manual, the appliance is safe to use based on scientific evidence available today.

Preparing for use

Installation

1 Before first use, open the hatch in the back of the appliance (see chapter 'Replacement') and screw the lamp into the lamp holder.

2 Place the appliance at 40-50cm from your head, for example on a bedside table (Fig. 5).

3 Put the plug in the wall socket.
- The time on the display starts to blink and arrows appear above and below the time to indicate that the clock time has to be set (Fig. 6).

Note: If the display doesn't light up after you have plugged in the appliance, press the reset button on the bottom of the appliance.

Setting the clock time

1 Use the ▼ and the ▲ buttons to set the time.

2 Hold the button down longer to put the time forward or backward more quickly.

Note: After you have set the time for the first time, you have to press the 'set time' button before you can adjust the time again. The time on the display starts to blink and arrows appear above and below the time to indicate that the clock time can be set.

3 When you have set the correct time, press the 'set time' button to confirm the time (Fig. 7).
- The time on the display stops blinking and the arrows disappear.

Note: If you do not confirm the time, the blinking stops and the arrows disappear after 10 seconds. This indicates that the time has been set.
The appliance is now ready for use.

Using the appliance

Setting the alarm

When you set the alarm, you choose the light intensity level, the type of sound and the sound level. The alarm is set when the light ring round the ALARM button burns. The light intensity slowly increases to the chosen level during the last 30 minutes before the set alarm time. The sound slowly increases in 90 seconds to the chosen level after the set alarm time.

Setting the alarm time

1 Press the alarm time button (⏲) to set the alarm. (Fig. 8)
◗ The alarm time starts blinking and two arrows appear above and below the alarm time (Fig. 9).

2 Use the ▲ and the ▼ buttons to set the alarm time, i.e. the time at which you wish to get up. (Fig. 10)

3 Press the button longer to put the time forward or backward more quickly.

4 Press the alarm time button (⏲) again to confirm the alarm time. (Fig. 8)
◗ The arrows disappear and the alarm time stops blinking.

Note: If you do not confirm the alarm time, the blinking stops after 10 seconds. This means that the alarm time has been set.

Setting the sound and the sound level

1 Press the ALARM button (Fig. 11).
◗ The light ring round the ALARM button starts burning (Fig. 12).
◗ The first sound symbol (radio symbol for HF3462, HF3461 and gentle beep symbol for HF3451) starts blinking for 3 seconds and the sound can be heard.

2 Press the ALARM button again if you want to select another wake-up sound. When you have found the sound you want to use, do not press the ALARM button again (Fig. 11).
◗ After 3 seconds, the symbol of the sound selected stops blinking to indicate that it has been selected.
◗ The alarm has been set and continues to work until you switch the alarm function off. When you do this, the sound symbol disappears from the display and the light ring round the ALARM button goes out. See also section 'Switching the alarm on or off'.

3 Turn the volume control wheel ◗ to set the sound level. (Fig. 13)
◗ The ◗ appears on the display. (Fig. 14)

4 If you want no sound at wake-up time, select level 0.

Setting the light intensity level

1 Use the light adjustment wheel ☼ to set the light intensity level. (Fig. 15)
◗ The ☼ appears on the display.

Tip: We advise a light intensity between 9 and 20 (for the HF3451 with 75W lamp) or between 7 and 15 (for the HF3462, HF3461 with 100W lamp) for the alarm function. Set the light intensity to your own preference by trying out the alarm function at different light intensity levels.

2 If you don't want the light to go on at wake-up time, select light intensity level 0.

Quick alarm check

1 Press the QUICK CHECK button to start an accelerated wake-up alarm test (Fig. 16).
- The light ring round the QUICK CHECK button goes on (Fig. 17).
- During the first 50 seconds of the test, you see a rapid increase of the light intensity to the selected level. During the last 40 seconds, you hear the selected sound gradually increase to the selected level.

2 Press the QUICK CHECK button again to stop the test (Fig. 16).
- The light ring round the QUICK CHECK button goes out.

Note: The appliance continues to run the accelerated wake-up alarm test until you press the QUICK CHECK button.

Switching the alarm on or off

The light ring round the ALARM button burns when the alarm is on. At the set time, the wake-up sound is played and the lamp has reached the selected light intensity level.

1 Press the ⏻ button to switch off the light and the wake-up sound. (Fig. 18)
- The light ring round the ALARM button continues to burn. The alarm function is still active and the wake-up alarm will go off at the set time and with the set sound and light intensity the next day (Fig. 12).

2 Press the button if you want to switch off the sound when the alarm goes off. (Fig. 19)

3 Press the button if you want to switch off the lamp when the alarm goes off. (Fig. 20)

4 If you want to switch off the alarm function altogether, press the ALARM button one or more times until there is no sound symbol on the display and the light ring round the ALARM button goes out.

Snoozing

1 Press the SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button to switch off the sound for 9 minutes when the alarm has gone off (Fig. 21).
The lamp continues to burn at the selected intensity level. After 9 minutes, the wake-up sound is automatically played again.

2 Press the SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button longer to dim the light.

Note: You can only do this once. After you release the button, it functions as SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button again.

Note: You can only use the snooze function within 15 minutes after the alarm starts to go off. After those 15 minutes, the button no longer functions as SNOOZE button and only functions as SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button.

Adjusting the light intensity during the wake-up phase

1 Turn the light adjustment wheel to select a higher or lower light intensity. (Fig. 15)
The lamp burns at the selected intensity during the rest of the wake-up phase.

Adjusting the brightness of the display

1 Press the SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button to adjust the brightness of the display (Fig. 21).
Press the button again to set the brightness to another level. There are three levels.

Note: This button cannot be used to adjust the display brightness when the alarm goes off and during snoozing.

⏻ button

1 When the alarm goes off at the set wake-up time, press the ⏻ button to switch off the wake-up alarm light and sound.

Note: The alarm function remains active and the light round the alarm button continues to burn.

2 When you have switched on the reading lamp and/or the radio, press the ⏻ button to switch off the reading lamp and/or the radio.

When you press the ⏻ button again, only the light goes on.

Note: When the alarm function is active, pressing the ⏻ button does not affect the alarm settings.

Reading lamp

1 Press the ☀ button to switch the lamp on or off. (Fig. 20)

2 Turn the light adjustment wheel ☀ upwards or downwards to increase or decrease the light intensity level. (Fig. 15)

◗ The light level indication on the display ☀ shows the light intensity level (00 to 20). (Fig. 22)

Tip: We advise you to set the light intensity to 20 (maximum level) for reading. If this light level is not strong enough, switch on an extra lamp.

Do not forget to set the light intensity level back to the wake-up level!

Radio (HF3462, HF3461 only)

1 Press the RADIO button to switch on the radio (Fig. 23).

◗ The light ring round the button starts burning (Fig. 24).

2 Use the ▲ and the ▼ buttons to select the frequency of your favourite station. (Fig. 25)

You can choose FM stations.

3 You can use the external antenna for better reception. Insert the external antenna into the antenna socket next to symbol ᛉ on the back of the appliance.

4 Press the RADIO button to switch off the radio (Fig. 23).

Power failure

To make sure the alarm goes off at the set time after a short power failure, the appliance has been provided with a backup system. This system has a self-charging battery that does not have to be replaced. The system remembers the time for a few minutes.

◗ After a long power failure, the display shows an incorrect clock time and the alarm time is 00.00. Set the correct clock time (see chapter 'Preparing for use') and the correct alarm time (see chapter 'Using the appliance') (Fig. 6).

Reset

1 If the appliance does not respond well, remove the plug from the wall socket and then reinsert it. If this does not help, press the reset button on the bottom of the appliance to reset the display to the factory default settings (Fig. 26).

Cleaning and maintenance

Always unplug the appliance and let it cool down for approx. 15 minutes before you start cleaning it.

Never use scouring pads, abrasive cleaning agents or aggressive liquids such as petrol or acetone to clean the appliance.

Regularly remove dust from the inside of the appliance with a dry cloth, as accumulated dust close to a powerful lamp presents a potential fire hazard.

1 Clean the outside of the appliance with a damp cloth.

2 Clean the inside of the appliance with a dry cloth.

- Open the lamp replacement hatch by first pushing the rib at the bottom inwards and then upwards with some force (Fig. 27).
- Tilt the lamp replacement hatch outwards as far as it goes (Fig. 28).
- Do not let water run into the appliance or spill water onto the appliance (Fig. 29).

Replacement

Except for the lamp, the appliance does not contain any serviceable parts.
The lamp has to be replaced when it stops burning or when the light output decreases (also see chapter 'Important'). You must replace the lamp with a Philips 75W E27 SOFTONE softwhite 230V T55 (HF3451) or a Philips 100W E27 SOFTONE softwhite 230V T55 lamp (HF3462, HF3461). Only this lamp provides the correct light intensity.

Replacing the lamp

1 Unplug the appliance.

2 Let the appliance cool down for approx. 15 minutes.

3 Open the lamp replacement hatch by first pushing the rib at the bottom inwards and then upwards with some force (Fig. 27).

4 Tilt the lamp replacement hatch outwards as far as it goes (Fig. 28).

5 Remove the old lamp from the lamp holder (Fig. 30).

6 Screw a new lamp in the lamp holder.

Environment

- Do not throw away the appliance with the normal household waste at the end of its life, but hand it in at an official collection point for recycling. By doing this, you help to preserve the environment (Fig. 31).

Guarantee and service

If you need service or information or if you have a problem, please visit the Philips website at **www.philips.com** or contact the Philips Customer Care Centre in your country (you find its phone number in the worldwide guarantee leaflet). If there is no Customer Care Centre in your country, go to your local Philips dealer or contact the Service Department of Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Guarantee restrictions

The international guarantee does not cover the lamp.

Specifications

Model	HF3451, HF3461 and HF3462
Rated voltage	230V
Rated frequency	50Hz

Model	HF3451, HF3461 and HF3462	
Rated input	75W (HF3451) or 100W (HF3462, HF3461)	
Class	II	
Classification	Not classified	
Ingress of water	IPX0	
Operating conditions	Temperature	from +10°C to +35°C
	Relative humidity	from 30% to 90%
Storage conditions	Temperature	from -20°C to +50°C
	Relative humidity	from 30% to 90% (no condensation)

Circuit diagrams, parts lists and other technical descriptions will be provided on request.
Take measures to prevent the occurrence of electromagnetic interference or other types of interference between this appliance and other appliances.

Frequently asked questions

Question	Answer
Why does the appliance not work?	Perhaps you have not inserted the plug properly into the wall socket. Put the plug properly into the wall socket.
	Perhaps there is a power failure. Check if the power supply works by connecting another appliance.
	Perhaps the mains cord is damaged. If the mains cord is damaged, you must have it replaced by Philips, a service centre authorised by Philips or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.
	Perhaps the appliance overheated and the overheating protection switched off the appliance. Remove the cause of overheating (e.g. a towel that blocks one or more vents) and unplug the appliance. Wait approx. 20 minutes and then put the plug back into the wall socket.
Why does the appliance become hot during use?	This is normal, as the appliance is heated up by the light of the lamp.
The appliance does not respond when I try to set different functions. What should I do?	Press the Reset button in the bottom of the appliance or remove the plug from the wall socket and reinsert it. The appliance is then reset to the factory default settings.
Why does the light not go on when the alarm goes off?	Perhaps you set the light level too low.
	Perhaps you switched off the alarm function by pressing the ALARM button.
	Perhaps the lamp is defective. Replace the lamp (see chapter 'Replacement').

Question	Answer
Why can I not switch on the lamp again immediately after I switched it off?	You have to wait 3 seconds for the lamp to dim. During this time, the ⏻ button does not work.
Why do I hear no sound when the alarm goes off?	Perhaps you set the sound level too low. Turn the volume control to a higher sound level.
	Perhaps you switched off the alarm function by pressing the ALARM button.
	If you selected the radio as alarm sound (HF3462, HF3461 only), the radio may be defective. Press the radio button after you switch off the alarm to check if the radio works. If it does not work, contact the Philips Customer Care Centre in your country.
Why does the radio (HF3462, HF3461 only) not work?	The radio function is probably defective. Contact the Philips Customer Care Centre in your country.
	Connect the external antenna if you have not yet connected it. See section 'Radio' in chapter 'Using the appliance'.
Why does the radio (HF3462, HF3461 only) produce a crackling sound?	Perhaps the broadcast signal is weak. Search for the correct signal (see chapter 'Using the appliance').
The alarm went off yesterday. Why did it not go off today?	Perhaps you switched off the alarm function by pressing the ALARM button. Set the alarm for the next day and switch off the wake-up alarm sound and light the next day by pressing the ⏻ button (see chapter 'Using the appliance').
	Perhaps you set the sound and/or light level to a too low setting. Set a higher sound and/or light level.
	Perhaps there has been a power failure that outlasted the capacity of the backup system. After a long power failure, the display shows an incorrect clock time and the alarm time is 00.00. Set the correct clock time (see chapter 'Preparing for use') and the correct alarm time (see chapter 'Using the appliance').
Why does the light wake me too early/too late?	Perhaps the light level you have set is not appropriate for you. Try a lower light level if you wake up too early or a higher light level if you wake up too late. For most people, the light is effective at settings 9-20 (HF3451) or 7-15 (HF3462, HF3461).
	Perhaps you woke up too late because the appliance is at a lower level than your head. Make sure the appliance is located at such a height that the light is not blocked by your bed, duvet or pillow.
Why does the SNOOZE button not function?	The snooze function can only be used within 15 minutes after the alarm starts to go off. After those 15 minutes, the button no longer functions as SNOOZE button and only functions as SCREEN BRIGHTNESS CONTROL button.

Introduktion

Dette apparat hjælper dig med at vågne op og føle dig veloplagt og fyldt med energi. Det skaber en fornemmelse af sommerdaggry, der gør det nemmere at vågne og komme ud af sengen. Lysets intensitet øges langsomt til det valgte niveau i løbet af 30 minutter. Lys reducerer produktionen af søvnhormonet melatonin og øger produktionen af hormonet cortisol, der får dig til føle dig mere energisk, når du vågner. Apparatet kan indstilles til at vække dig med lys eller med lys og lyd og kan tillige bruges som læselampe.

Lys og det biologiske ur

Lys regulerer det biologiske ur, der kontrollerer kroppens døgnrytme. Melatonin-niveauet øges om aftenen og forbereder kroppen på søvn og sænker kropstemperaturen. Lyset om morgenen stimulerer udskillelsen af hormonet cortisol, der gør os vågne og friske. Det optimale er en døgnrytme, som er synkron med vores søvn/vågen-rytme. Forstyrret søvn og døgnrytme kan have alvorlige konsekvenser for vores helbred, energi og produktivitet. Om efteråret og vinteren, når dagene er kortere og mørkere, er der mange mennesker, der lider af træthed og trænger til mere søvn. Mangel på energi og problemer med at komme op om morgenen er almindelige symptomer på vintertræthed. Andre symptomer kan være uventede humørsvingninger, koncentrationsbesvær og en udpræget lyst til mad med højt kulhydratindhold. Nogle mennesker udvikler endda en alvorlig depression (vinterdepression), der forsvinder igen, når foråret kommer.

Effekten ved simulation af daggry

Hypersomnia opstår på baggrund af en faseforsinkelse i døgnrytmen. Philips' Wake-up Light regulerer døgnrytmen i løbet af søvnens sidste halve time. I de tidlige morgentimer er øjnene mere følsomme overfor skarpt lys, end når vi er vågne. I den periode er det forholdsvist lave lysniveau fra simuleret daggry tilstrækkeligt til at få det biologiske ur i gang, undertrykke produktionen af melatonin og øge cortisol-niveauet ved opvågningen. Kliniske undersøgelser har vist, at regelmæssig brug af en daggry-simulator kan dulme selv de alvorligste symptomer på vintertræthed. Personer, som bruger Wake-Up Light, har nemmere ved at vågne og føler sig mere energiske. De bliver i bedre humør, er mere produktive og kan bedre koncentrere sig. Med Philips Wake-up Light er det muligt at indstille lysniveauet, så det passer til den enkelte persons lysfølsomhed og giver en optimal daggry-simulation.
Yderligere oplysninger om helbredsmæssige fordele findes på adressen www.philips.com under søgeordet "Wake-up Light".

Generel beskrivelse (fig. 1)

A Basisenhed
B Ventilationshuller
C Lampekabinet
D Øverste kontrolpanel
1 SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL knap
2 ☼ knap (lys on/off)
3 ⏻ knap (lys og lyd on/off)
4 knap (lyd off)
E 100 W pære (HF3462, HF3461) eller 75 W pære (HF3451)
F Dæksel når pæren skal udskiftes
G Nederste kontrolpanel
1 ☼ hjul (drejes for indstilling af lysintensitet)
2 ALARM knap
3 RADIO-knap (kun HF3462, HF3461)
4 QUICK CHECK knap
5 hjul (drejes for indstilling af lydstyrke)
H Display-sektion

1 ▲ knap
2 Timer indikation
3 ⏲ knap (til indstilling af klokkeslæt)
4 ⏲ knap (til indstilling af vækketidspunkt)
5 Symbol for naturlig rislen af vand (kun HF3462, HF3461)
6 Symbol for naturligt bølgebrus (kun HF3462, HF3461)
7 Symbol for naturlige skovlyde
8 Symbol for behageligt bip-signal
9 Radioknap (kun HF3462, HF3461)
10 ▼ knap
11 Indikator for radiofrekvens (kun HF3462, HF3461)
12 Indikator for lysniveau (synlig når lysniveauet er justeret)
13 Indikator for vækketidspunkt
14 Indikator for lydniveau (synlig når lydniveauet er justeret)
⏻ Reset-tast (nulstilling)

Bemærk: HF3462/30, HF3462/20 og HF3462/10 er teknisk set samme model, der er kun farven til forskel. Derfor vil disse tre udgaver blot blive kaldt HF3462 i resten af denne brugsvejledning.

Vigtigt

- Læs denne brugsvejledning omhyggeligt igennem, inden apparatet tages i brug, og gem den til eventuelt senere brug (fig. 2).
- Dette apparat er dobbeltisoleret i henhold til klasse II (fig. 3).
- Dette apparat opfylder kravene i European Medical Device Directive MDD 93/42/EEC.
- Kontrollér, om den angivne netspænding på apparatet svarer til den lokale netspænding, før du slutter strøm til apparatet.
- Apparatet kan tilsluttes en netspænding på 230 V.
- Hvis netledningen beskadiges, må den kun udskiftes af Philips, et autoriseret Philips-serviceværksted eller en tilsvarende kvalificeret fagmand for at undgå enhver risiko.
- Udsæt ikke apparatet for voldsomme rystelser eller stød.
- Vand og elektricitet er en farlig kombination. Anvend aldrig apparatet i våde omgivelser (f.eks. i badeværelset eller i nærheden af en bruser eller swimmingpool).
- Sørg for, at der ikke trænger vand ind i apparatet, og at der ikke spildes vand på det.
- Dette apparat er ikke beregnet til at blive brugt af personer (herunder børn) med nedsatte fysiske og mentale evner, nedsat følesans eller manglende erfaring og viden, medmindre de er blevet vejledt eller instrueret i apparatets anvendelse af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.
- Apparatet bør holdes uden for børns rækkevidde for at sikre, at de ikke kan komme til at lege med det.
- Anbring apparatet på et stabilt, plant underlag og sørg for, at der er mindst 15 cm luft omkring det og 40 cm over det for at undgå overophedning (fig. 4).
- Undlad at anvende apparatet, hvis rumtemperaturen er under 10°C eller højere end 35°C.
- Sørg for, at ventilationshullerne i basisenheden og oven på apparatet ikke er tildækkede under brug.
- Fjern jævnligt støv fra apparatets inderside med en tør klud, da støvansamlinger tæt på en kraftig pære kan udgøre en potentiel brandfare. Se afsnittet "Rengøring og vedligeholdelse" for nærmere oplysninger.
- Apparatet er forsynet med en automatisk beskyttelse mod overophedning. Hvis apparatet ikke afkøles tilstrækkeligt (f.eks. hvis ventilationshullerne er tildækkede), vil apparatet slukke automatisk. Fjern årsagen til overophedningen, træk stikket ud af stikkontakten, og lad apparatet køle af i ca. 20 minutter. Tænd derefter apparatet igen ved at sætte stikket tilbage i stikkontakten.
- Lad apparatet køle af i ca. 15 minutter, før du rengør det eller stiller det væk.

- Brug aldrig apparatet, hvis lampekabinettet er beskadiget, gået i stykker eller mangler.
- Vi anbefaler at indstille lysintensiteten til opvågning mellem 9 og 20 (for HF3451 med 75 W pære) eller mellem 7 og 15 (for HF3462, HF3461 med 100 W pære). Disse indstillinger svarer til en lysintensitet på 100 til 300 lux. Den korrekte indstilling afhænger af din lysfølsomhed og skal bestemmes af dig. Det er muligt at vælge en højere eller lavere indstilling. Se afsnittet "Sådan bruges apparatet" for yderligere oplysninger. Hvis en lysintensitet på 20 for HF3451 ikke er høj nok, anbefaler vi, at du flytter apparatet tættere på sengen.
- Hvis du vågner for tidligt eller med hovedpine, skal du reducere lysniveauet.
- Hvis du deler soveværelse med andre, kan vedkommende blive vækket utilsigtet, selvom han/hun ligger længere væk fra apparatet. Dette fænomen skyldes, at mennesker ikke nødvendigvis har samme lysfølsomhed.
- Hvis du begynder at have problemer med at vågne, kan det skyldes en reduktion i pærens lysproduktion, hvilket forekommer efter et stykke tid. I dette tilfælde kan du enten øge lysniveauet eller udskifte pæren.
- Kontakt din læge, før du starter med at bruge Philips Wake-up Light, hvis du har lidt af eller lider af en alvorlig depression.
- Brug ikke apparatet som et middel til at reducere dit søvnbehov. Formålet med apparatet er at lette opvågningen. Det reducerer ikke søvnbehovet.
- Udskift altid pæren med en Philips 75 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3451) eller en Philips 100 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55-pære (HF3462, HF3461).
- Apparatet har ingen on/off (tænd/sluk)-kontakt. Træk stikket ud af stikkontakten for at afbryde forbindelsen til lysnettet.
- Hvis apparatet bruges i et industriområde og/eller i nærheden af et el-værk, kan det under særlige omstændigheder ske, at pæren slukker, efter den er blevet tændt. Dette har ingen betydning for apparatets sikkerhedsfunktion, næste gang det anvendes.

Elektromagnetiske felter (EMF)

Dette Philips-apparat overholder alle standarder for elektromagnetiske felter (EMF). Ved korrekt anvendelse i overensstemmelse med instruktionerne i denne brugsvejledning, er apparatet sikkert at anvende, ifølge den videnskabelige viden, der er tilgængelig i dag.

Klargøring

Installation

1. Før produktet anvendes første gang, skal du åbne dækslet på apparatets bagside (se kapitlet "Udskiftning") og skrue pæren i fatningen.
2. Placér apparatet 40-50 cm fra dit ansigt, f.eks. på et natbord (fig. 5).
3. Sæt stikket i en stikkontakt.
   - Klokkeslættet i displayet begynder at blinke, og pilene over og under klokkeslættet indikerer, at det skal indstilles (fig. 6).

Bemærk: Hvis displayet ikke lyser, når du har sat stikket i stikkontakten, skal du trykke på reset-knappen i bunden af apparatet.

Indstilling af klokkeslæt

1. Brug knapperne ▼ og ▲ til indstilling af klokkeslæt.
2. Hold knappen nede for hurtigere frem- eller tilbageindstilling.

Bemærk: Når først klokkeslættet har været indstillet første gang, skal du trykke på knappen til indstilling af tid, før klokkeslættet kan genindstilles. Klokkeslættet i displayet begynder at blinke, og de to pile over og under klokkeslættet indikerer, at klokkeslættet kan indstilles.

3 Når du har indstillet det rigtige klokkeslæt, skal du bekræfte det ved at trykke på knappen til indstilling af tid (fig. 7).
◗ Klokkeslættet i displayet holder op med at blinke og pilene forsvinder.

Bemærk: Hvis du ikke bekræfter det indstillede klokkeslæt, holder det automatisk op med at blinke, og pilene forsvinder efter 10 sekunder. Dette betyder at tiden er indstillet.
Apparatet er nu klar til brug.

Sådan bruges apparatet

Indstilling af alarmen

Når alarmen indstilles, skal du vælge lysintensitet, lydtype og lydniveau. Alarmen er indstillet, når den lysende ring omkring ALARM knappen er tændt. Lysintensiteten øges langsomt til det valgte niveau i løbet af de sidste 30 minutter før det indstillede vækketidspunkt. Lyden øges langsomt til det valgte niveau i løbet af 90 sekunder efter det indstillede vækketidspunkt.

Indstilling af vækning

1 Tryk på knappen for alarmtidspunkt ( ) til indstilling af vækketidspunkt. (fig. 8)
◗ Alarmtidspunktet begynder at blinke, og to pile vises over og under alarmtidspunktet (fig. 9).

2 Brug knapperne ▲ og ▼ til at indstille alarmtidspunktet, dvs. det tidspunkt du ønsker at blive vækket. (fig. 10)

3 Hold knappen nede for hurtigere frem- og tilbageindstilling.

4 Tryk på knappen for alarmtidspunkt ( ) igen for at bekræfte alarmtidspunktet (fig. 8)
◗ Pilene forsvinder, og alarmtidspunktet holder op med at blinke.

Bemærk: Hvis alarmtidspunktet ikke bekræftes, holder det op med at blinke efter 10 sekunder. Dette betyder, at alarmtidspunktet er indstillet.

Indstilling af lyd- og lydniveau

1 Tryk på ALARM knappen (fig. 11).
◗ Den lysende ring omkring ALARM knappen begynder at lyse (fig. 12).
◗ Det første lydsymbol (radiosymbol for HF3462, HF3461 og bip-symbol for HF3451) begynder at blinke i 3 sekunder, og lyden høres.

2 Tryk på ALARM knappen igen for valg af anden vækkelyd. Når den ønskede lyd er fundet, skal der ikke trykkes på ALARM knappen igen (fig. 11).
◗ Efter 3 sekunder, holder lydsymbolet op med at blinke, hvilket indikerer, at det er valgt.
◗ Alarmen er indstillet og fortsætter med at være aktiv, indtil du slukker alarmfunktionen. Når du gør det, forsvinder lydsymbolet fra displayet og den lysende ring omkring ALARM knappen slukker. Se også afsnittet "Sådan tændes og slukkes alarmen".

3 Drej lydstyrke-hjulet for at indstille lydniveauet. (fig. 13)
◗ vises i displayet. (fig. 14)

4 Ønsker du ingen vækkelyd, vælges niveau 0.

Indstilling af niveau for lysintensitet

1 Brug hjulet til lysjustering for at indstille niveauet for lysintensitet. (fig. 15)
◗ vises i displayet.

Tip:Vi anbefaler en lysintensitet mellem 9 og 20 (for HF3451 med 75W pære) eller mellem 7 og 15 (for HF3462, HF3461 med 100 W pære) til alarmfunktionen. Indstil din foretrukne lysintensitet ved at afprøve alarmfunktionen med forskellige niveauer for lysintensitet.

2 Hvis lyset ikke skal aktiveres ved vækning, vælges 0.

Hurtig alarm kontrol

1 Tryk på knappen QUICK CHECK for at starte en hurtig kontrol af vækkealarmen (fig. 16).
- Den lysende ring omkring knappen QUICK CHECK tændes (fig. 17).
- I de første 50 sekunder af testen, ses en hurtig forøgelse af lysintensiteten til det valgte niveau. I de sidste 40 sekunder, høres den valgte lyd, der gradvist øges til det valgte niveau.

2 Tryk på QUICK CHECK igen for at stoppe testen (fig. 16).
- Den lysende ring omkring QUICK CHECK slukkes.

Bemærk: Apparatet fortsætter med at køre den accelererede test af vækkealarmen, indtil der trykkes på knappen QUICK CHECK.

Tænd og sluk for alarmen

Den lysende ring omkring ALARM knappen lyser, når alarmen er tændt. På det indstillede tidspunkt afspilles vækkelyden, og pæren er nået op på det valgte lysintensitetsniveau.

1 Tryk på knappen ⏻ for at slukke lys og vækkelyd. (fig. 18)
- Lyset omkring ALARM knappen fortsætter med at lyse. Alarmfunktionen er stadig aktiv, og vækkealarmen vil gå i gang næste dag på det indstillede tidspunkt og med den indstillede lyd og lysintensitet (fig. 12).

2 Tryk på knappen , hvis lyden skal slukkes, når alarmen går i gang. (fig. 19)

3 Tryk på knappen , hvis lyset skal slukkes, når alarmen går i gang. (fig. 20)

4 Hvis hele alarmfunktionen skal slukkes, skal du trykke på ALARM knappen en eller flere gange, indtil lydsymbolet i displayet er forsvundet, og den lysende ring omkring ALARM knappen er slukket.

Snooze-funktion

1 Tryk på SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL knappen for at deaktivere lyden i 9 minutter, efter alarmen er gået i gang (fig. 21).

Pæren fortsætter med at lyse på det valgte lysintensitetsniveau. Efter 9 minutter afspilles vækkelyden automatisk igen.

2 Hold SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL knappen nede i lidt længere tid for at dæmpe lyset.

Bemærk: Dette kan kun gøres en gang. Når knappen slippes, vil den igen fungere som SCREEN BRIGHTNESS CONTROL.

Bemærk: Snooze-funktionen kan kun bruges i 15 minutter, efter alarmen er aktiveret. Efter de 15 minutter fungerer knappen ikke længere som SNOOZE-knap, men kun som SCREEN BRIGHTNESS CONTROL-knap.

Justering af lysintensiteten i opvågningsfasen

1 Drej på hjulet til lysjustering for at vælge en højere eller lavere lysintensitet. (fig. 15)

Pæren lyser ved den valgte intensitet under resten af vækkefasen.

Sådan justeres displayets lysstyrke

1 Tryk på knappen SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL for at justere lysstyrken i displayet (fig. 21).

Tryk på knappen igen for at indstille lysstyrken til et andet niveau. Der er tre niveauer.

Bemærk: Denne knap kan ikke bruges til at justere displayets lysstyrke, når alarmen er i gang, og når snooze-funktionen bruges.

⏻ knap

1 Når alarmen aktiveres på det indstillede vækketidspunkt, trykkes der på knappen ⏻ for at slukke vækkealarmens lys og lyd.

Bemærk: Alarmfunktionen fortsætter med at være aktiv og lyset omkring ALARM knappen lyser fortsat.

2 Når du vil slukke for læselampen og/eller radioen, trykker du blot på knappen ⏻.
Når der trykkes på ⏻ knappen igen, er det kun lyset, der tændes.

Bemærk: Når alarmfunktionen er aktiv, påvirker det ikke indstillingerne, hvis der trykkes på ⏻ knappen.

Læselampe

1 Tryk på ☀ knappen, for at tænde eller slukke for lampen. (fig. 20)

2 Drej hjulet til lysjustering ☀ op eller ned for at øge eller reducere lysintensiteten. (fig. 15)
◗ Indikatoren til lysniveauet i displayet ☀ viser lysintensitetsniveauet (00 til 20). (fig. 22)

Tip: Vi anbefaler at indstille lysintensiteten til 20 (højeste niveau) til læsning. Giver dette ikke nok lys, må du tænde en ekstra lampe.

Husk at stille lysintensiteten tilbage til opvågnings-niveau!

Radio (kun HF3462, HF3461)

1 Radioen tændes ved tryk på RADIO knappen (fig. 23).
◗ Den lysende ring omkring knappen begynder at lyse (fig. 24).

2 Brug ▲ og ▼ knapperne for at vælge frekvens. (fig. 25)
Der kan vælges FM-kanaler.

3 Brug eventuelt den eksterne antenne til at opnå bedre modtagelse. Sæt den eksterne antenne i antennestikket ved siden af symbolet Ƴ på apparatets bagside.

4 Radioen slukkes ved tryk på RADIO knappen (fig. 23).

Strømsvigt

For at sikre at alarmen går i gang efter et kortere strømsvigt, er apparatet udstyret med et backup-system med selvopladende batteri, der ikke skal udskiftes. Systemet husker klokkeslættet i nogle få minutter.

◗ Efter længerevarende strømsvigt viser displayet et forkert klokkeslæt og alarmtidspunktet er 00.00. Indstil det rigtige klokkeslæt (se afsnittet "Klargøring") og det rigtige alarmtidspunkt (se afsnittet "Sådan bruges apparatet") (fig. 6).

Nulstilling

1 Hvis apparatet ikke reagerer, skal du tage stikket ud af stikkontakten og sætte det i igen. Hvis det ikke hjælper, skal du trykke på reset-knappen nederst på apparatet for at nulstille displayet til fabriksindstillingerne (fig. 26).

Rengøring og vedligeholdelse

Tag altid stikket ud af stikkontakten og lad apparatet køle af i ca. 15 minutter, før det rengøres.

Brug aldrig skuresvampe eller skrappe rengøringsmidler så som benzin, acetone eller lignende til rengøring af apparatet.

Fjern jævnligt støv fra apparatets inderside med en tør klud, da støvansamlinger tæt på en kraftig lampe kan udgøre en potentiel brandfare.

1 Apparatet rengøres udvendigt med en fugtig klud.

2 Apparatet rengøres indvendigt med en tør klud.
- Åbn pærens udskiftningsdæksel ved først at trykke nederste del af dækslet ind og derefter opad med lidt kraft (fig. 27).
- Vip udskiftningsdækslet så langt ud som muligt (fig. 28).
- Sørg for, at der ikke trænger vand ind i apparatet, og at der ikke spildes vand på det (fig. 29).

Udskiftning

Udover pæren er der ingen andre dele i apparatet, der skal udskiftes.
Pæren skal udskiftes, når den holder op med at lyse, eller når lyset bliver svagere (se også afsnittet "Vigtigt"). Pæren skal udskiftes med en Philips 75 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3451) eller en Philips 100 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55-pære (HF3462, HF3461). Kun disse pærer giver den korrekte lysintensitet.

Udskiftning af pæren

1 Tag stikket ud af stikkontakten.

2 Lad apparatet afkøle i ca. 15 minutter.

3 Åbn pærens udskiftningsdæksel ved først at trykke nederste del af dækslet ind og derefter opad med lidt kraft (fig. 27).

4 Vip udskiftningsdækslet så langt ud som muligt (fig. 28).

5 Skru den gamle pære ud af fatningen (fig. 30).

6 Skru en ny pære i.

Miljøhensyn

- Apparatet må ikke smides ud sammen med det almindelige husholdningsaffald, når det til sin tid kasseres. Aflevér det i stedet på en kommunal genbrugsstation. På den måde er du med til at beskytte miljøet (fig. 31).

Garanti og service

For alle yderligere oplysninger eller ved eventuelle problemer med apparatet henvises venligst til Philips hjemmeside på adressen **www.philips.com** eller det lokale Philips Kundecenter (telefonnumre findes i vedlagte "World-Wide Guarantee" folder). Hvis der ikke findes et kundecenter i dit land, bedes du venligst kontakte din lokale Philips-forhandler eller serviceafdelingen i Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Gældende forbehold i reklamationsretten

Pæren er ikke omfattet af den internationale garanti.

Specifikationer

Model	HF3451, HF3461 og HF3462
Nominel spænding	230 V
Nominel frekvens	50 Hz
Nominel indgang	75 W (HF3451) eller 100 W (HF3462, HF3461)
Klasse	II
Klassifikation	Ikke klassificeret

Model	HF3451, HF3461 og HF3462	
Vandindtrængen	IPX0	
Driftsforhold	Temperatur	fra +10 °C til +35 °C
	Relativ fugtighed	fra 30 % til 90 %
Opbevaringsbetingelser	Temperatur	fra -20 °C til +50 °C
	Relativ fugtighed	fra 30% til 90% (ingen kondensation)

Kredsløbsdiagrammer, reservedelslister og andre tekniske beskrivelser fremsendes efter anmodning. Tag forholdsregler for at undgå elektromagnetiske forstyrrelser eller andre typer interferens mellem dette og andre apparater.

Ofte stillede spørgsmål

Spørgsmål	Svar
Hvorfor fungerer apparatet ikke?	Stikket sidder muligvis ikke ordentligt i stikkontakten. Sæt stikket ordentligt i stikkontakten.
	Der kan være strømafbrydelse. Kontrollér strømforsyningen ved at tilslutte et andet apparat.
	Netledningen kan være beskadiget. Er dette tilfældet, må den kun udskiftes af Philips, et autoriseret Philips værksted eller af tilsvarende kvalificerede fagfolk for at undgå enhver risiko.
	Måske er apparatet overophedet, så overophedningssikringen har slukket for det. Fjern årsagen til overophedningen (f.eks. et håndklæde, der dækker et eller flere ventilationshuller) og træk stikket ud af stikkontakten. Vent i ca. 20 minutter, inden du sætter stikket tilbage i stikkontakten.
Hvorfor bliver apparatet varmt under brug?	Dette er normalt, da apparatet opvarmes af pærens lys.
Apparatet reagerer ikke, når jeg forsøger at indstille forskellige funktioner. Hvad gør jeg?	Tryk på reset-knappen i bunden af apparatet eller tag stikket ud af stikkontakten, og sæt det i igen. Apparatet nulstilles derved til fabriksindstillingerne.
Hvorfor tænder lyset ikke, når alarmen går i gang?	Lysniveauet muligvis indstillet for lavt.
	Du er måske kommet til at slukke alarmfunktionen ved at trykke på ALARM knappen.
	Pæren kan være defekt. Udskift pæren (se afsnittet "Udskiftning").
Hvorfor kan pæren ikke tændes straks efter, at den er blevet slukket?	Der går 3 sekunder, mens pæren dæmpes. I dette tidsrum fungerer ⏻ knappen ikke.

Spørgsmål	Svar
Hvorfor kommer der ingen lyd, når alarmen går i gang?	Lydniveauet er muligvis indstillet for lavt. Indstil lydstyrken til et højere niveau.
	Du er måske kommet til at slukke alarmfunktionen ved at trykke på ALARM knappen.
	Hvis du har valgt radioen som alarmlyd (kun HF3462, HF3461), er radioen muligvis defekt. Tryk på radioknappen, når du har slukket for alarmen, for at kontrollere om radioen virker. Hvis den ikke virker, bedes du kontakte dit lokale Philips Kundecenter.
Hvorfor virker radioen ikke (kun HF3462, HF3461)?	Radiofunktionen er muligvis defekt. Kontakt det lokale Philips Kundecenter.
	Tilslut den eksterne antenne, hvis den ikke allerede er tilsluttet. Se "Radio" i afsnittet "Sådan bruges apparatet".
Hvorfor afgiver radioen (kun HF3462, HF3461) en skrattende lyd?	Måske er sendesignalet svagt. Søg efter det rigtige signal (se afsnittet "Sådan bruges apparatet").
Alarmen gik i gang i går. Hvorfor gør den ikke det i dag?	Du er måske kommet til at slukke alarmfunktionen ved at trykke på ALARM knappen. Indstil alarmen til næste dag, og sluk for lyd og lys til vækkealarmen den næste dag, ved at trykke på ⏻ knappen (se afsnittet "Sådan bruges apparatet").
	Lyd- og/eller lysniveauet er muligvis indstillet for lavt. Indstil et højere lyd- og/eller lysniveau.
	Der har muligvis været en strømafbrydelse, der har varet for længe i forhold til backup-systemets kapacitet. Efter et længerevarende strømsvigt viser displayet et forkert klokkeslæt og alarmtidspunktet er 00:00. Indstil det rigtige klokkeslæt (se afsnittet "Klargøring") og det rigtige alarmtidspunkt (se afsnittet "Sådan bruges apparatet").
Hvorfor vækker lyset mig for tidligt/sent?	Lysniveauet er muligvis ikke indstillet til et niveau, der passer til dig. Prøv et lavere niveau, hvis du vækkes for tidligt eller et højere niveau, hvis du vækkes for sent. For de fleste mennesker er indstillingerne effektive mellem 9-20 (HF3451) eller 7-15 (HF3462, HF3461).
	Apparatet er muligvis placeret lavere end hovedet. Sørg for at apparatet er placeret således, at lyset ikke blokeres af sengen, dynen eller puden.
Hvorfor virker SNOOZE knappen ikke?	Snooze-funktionen kan kun bruges i 15 minutter efter, at alarmen er gået i gang. Efter de 15 minutter fungerer knappen ikke længere som SNOOZE-knap, men kun som SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (lysstyrken i displayet).

Introducción

Este aparato le ayuda a despertarse sintiéndose más en forma y lleno de energía. Simula la experiencia de un amanecer veraniego, haciendo que el despertar y el levantarse resulten más fáciles. La intensidad de la luz aumenta lentamente durante 30 minutos hasta alcanzar el nivel seleccionado. La luz reduce los niveles de melatonina, la hormona que regula el sueño, y aumenta la producción de cortisol, hormona que nos hace sentir más llenos de energía cuando nos despertamos. Puede elegir de qué forma quiere que le despierte el aparato: sólo con luz, o con luz y sonido. El aparato también se puede utilizar como lámpara de lectura.

La luz y el reloj biológico

La exposición a la luz regula el reloj biológico que controla los ritmos circadianos del organismo. Los niveles de melatonina aumentan por la noche, preparando nuestro cuerpo para el sueño y reduciendo la temperatura corporal. La luz de la mañana estimula la secreción de la hormona cortisol, que nos mantiene despiertos y alerta. En condiciones óptimas, los ritmos circadianos están sincronizados con el ritmo de sueño/vigilia. La alteración de los ritmos circadianos y del sueño puede afectar significativamente a la salud, al rendimiento y a la productividad. En otoño e invierno, cuando los días se hacen más cortos y oscuros, muchas personas experimentan cansancio y necesitan dormir más. La falta de energía y la dificultad para levantarse por la mañana constituyen síntomas habituales de esta apatía invernal. También pueden presentarse otros síntomas como cambios de ánimo inesperados, problemas de concentración y ansia por la ingesta de alimentos ricos en hidratos de carbono. Algunas personas pueden llegar incluso a sufrir depresiones graves (trastorno afectivo estacional o TAE), que desaparecen con la llegada de la primavera.

Los efectos de la simulación del amanecer

La hipersomnia se asocia con un retraso de las fases del ritmo circadiano. La Wake-up Light de Philips regula el ritmo circadiano durante la última media hora del sueño. Durante las primeras horas de la mañana, nuestros ojos se muestran más sensibles a la luz que cuando ya estamos despiertos. Durante ese período, los niveles de luz relativamente bajos de un amanecer natural simulado son suficientes para hacer que nuestro reloj biológico adelante su fase, para que se detenga la producción de melatonina y también para que se incrementen los niveles de cortisol tras el despertar. Estudios clínicos han demostrado que el uso habitual de un simulador de amanecer puede aliviar incluso los síntomas más agudos de la apatía invernal. Las personas que utilizan la Wake-up Light se despiertan con mayor facilidad y sintiéndose más llenos de energía. Su estado anímico general, productividad y capacidad de concentración experimentan mejoras. Con la Wake-up Light de Philips podrá ajustar el nivel de intensidad de luz que mejor se adapte a su sensibilidad para una óptima simulación del amanecer.
Si desea más información sobre los beneficios para la salud, visite www.philips.com y busque el término "Wake-up Light".

Descripción general (fig. 1)

A Base
B Rejillas de ventilación
C Carcasa de la lámpara
D Panel de control superior
1 Botón "SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL" (alarma diferida/control de brillo de la pantalla)
2 ☼ Botón (luz encendida/apagada)
3 ⏻ Botón (luz y sonido encendidos/apagados)
4 🔇 Botón (sonido apagado)
E Lámpara de 100 W (HF3462 y HF3461) o lámpara de 75 W (HF3451)
F Tapa para sustituir la lámpara
G Panel de control inferior

1 ☼ Rueda (gírela para ajustar la intensidad de la luz)
2 Botón "ALARM" (alarma)
3 Botón "RADIO" (sólo modelos HF3462 y HF3461)
4 Botón "QUICK CHECK" (comprobación rápida)
5 ◗ Rueda (gírela para ajustar el volumen)

H Sección de pantalla

1 ▲ Botón
2 Indicación de tiempo
3 Botón (para ajustar la hora del reloj)
4 Botón (para ajustar la hora de la alarma)
5 Símbolo de sonido natural de estanque (sólo modelos HF3462 y HF3461)
6 Símbolo de sonido natural de mar (sólo modelos HF3462 y HF3461)
7 Símbolo de sonido natural de bosque
8 Símbolo de pitido agradable
9 Símbolo de radio (sólo modelos HF3462 y HF3461)
10 ▼ Botón
11 Indicación de frecuencia de radio (sólo modelos HF3462 y HF3461)
12 Indicación de nivel de luz (visible cuando se ajusta el nivel de luz)
13 Indicación de hora de alarma
14 Indicación de nivel de sonido (visible cuando se ajusta el nivel de sonido)

I Botón de reinicio

Nota: Técnicamente, los modelos HF3462/30, HF3462/20 y HF3462/10 son iguales, la única diferencia radica en el color. Por este motivo, en el resto de este manual de usuario, las tres versiones se denominarán HF3462.

Importante

- Antes de usar el aparato, lea atentamente este manual del usuario y consérvelo por si necesitara consultarlo en el futuro (fig. 2).
- Este aparato tiene doble aislamiento según Clase II (fig. 3).
- Este aparato cumple los requisitos de la Directiva europea (MDD) 93/42/EEC sobre dispositivos médicos.
- Antes de enchufar el aparato, compruebe si el voltaje indicado en el mismo se corresponde con el voltaje de red local.
- El aparato es adecuado para voltajes de red de 230 V.
- Si el cable de red está dañado, debe ser sustituido por Philips o por un centro de servicio autorizado por Philips, con el fin de evitar situaciones de peligro.
- Evite los golpes fuertes al aparato.
- El agua y la electricidad son una combinación peligrosa. No utilice este aparato en ambientes húmedos (por ejemplo, en el baño o cerca de una ducha o piscina).
- No deje que entre agua en el aparato o que se derrame agua sobre el mismo.
- Este aparato no debe ser usado por personas (adultos o niños) con su capacidad física, psíquica o sensorial reducida, ni por quienes no tengan los conocimientos y la experiencia necesarios, a menos que sean supervisados o instruidos acerca del uso del aparato por una persona responsable de su seguridad.
- Asegúrese de que los niños no jueguen con este aparato.
- Coloque el aparato en una superficie estable y plana, y asegúrese de que haya, como mínimo, 15 cm de espacio libre a su alrededor y 40 cm por encima para evitar que se caliente en exceso (fig. 4).
- No utilice el aparato a una temperatura ambiente por debajo de 10 °C o que supere los 35 °C.
- Asegúrese de que las rejillas de ventilación de la base y de la parte superior del aparato permanezcan abiertas durante el uso.

- Limpie regularmente el polvo del interior del aparato con un paño seco, ya que el polvo acumulado cerca de una lámpara potente representa un peligro potencial de incendio. Consulte el capítulo "Limpieza y mantenimiento" para obtener más información.
- El aparato está equipado con una protección automática contra el recalentamiento. Si el aparato no se enfría suficientemente (por ejemplo, porque las rejillas de ventilación están tapadas), se apagará automáticamente. Elimine la causa del recalentamiento, desenchufe el aparato y deje que se enfríe durante unos 20 minutos. A continuación, vuelva a encender el aparato enchufándolo.
- Antes de limpiar o guardar el aparato, deje que se enfríe durante unos 15 minutos.
- No utilice nunca el aparato sin la carcasa de la lámpara o con la carcasa dañada o rota.
- Recomendamos que establezca la intensidad de la luz para despertarse en una posición entre 9 y 20 (para el modelo HF3451 con lámpara de 75 W), o entre 7 y 15 (para los modelos HF3462 y HF3461 con lámpara de 100 W). Estas posiciones corresponden a unos niveles de intensidad de luz de 100 a 300 lux. La posición correcta dependerá de su sensibilidad a la luz y deberá determinarla usted mismo. Puede seleccionar una posición superior o inferior. Consulte el capítulo "Uso del aparato" para obtener más detalles. Si el nivel de luz 20 en el modelo HF3451 no fuera suficiente, recomendamos que acerque el aparato a la cama.
- Si se despierta demasiado pronto o con dolor de cabeza, reduzca el nivel de luz.
- Si comparte la habitación, la otra persona podría despertarse involuntariamente debido a la luz del aparato, incluso si se encuentra alejada del mismo. Este fenómeno se debe a las diferencias en cuanto a sensibilidad a la luz de las personas.
- Si empieza a experimentar de nuevo dificultades al despertarse, podría deberse a una disminución del rendimiento de la lámpara que se produce después de algún tiempo. En ese caso, puede aumentar el nivel de la luz o cambiar la lámpara.
- Consulte a su médico antes de comenzar a utilizar la Wake-up Light de Philips si ha padecido o padece una depresión grave.
- No utilice este aparato con el fin de reducir sus horas de sueño. El propósito del mismo es ayudarle a despertarse con mayor facilidad, pero no reduce la necesidad de sueño.
- Sustituya siempre la lámpara por una lámpara Philips SOFTONE softwhite E27 75 W 230 V T55 (modelo HF3451), o una lámpara Philips SOFTONE softwhite E27 100 W 230 V T55 (modelos HF3462 y HF3461).
- El aparato no tiene interruptor de encendido/apagado. Para desconectarlo de la red, desenchufe la clavija de la toma de corriente.
- Si se utiliza el aparato en un área industrial o cerca de una central eléctrica podría darse el caso, bajo ciertas circunstancias, de que la lámpara se apagara después de haberse encendido. Este hecho no tiene ningún efecto negativo o nocivo sobre el funcionamiento del aparato de forma segura la próxima vez que se utilice.

Campos electromagnéticos (CEM)

Este aparato Philips cumple todos los estándares sobre campos electromagnéticos (CEM). Si se utiliza correctamente y de acuerdo con las instrucciones de este manual, el aparato se puede usar de forma segura según los conocimientos científicos disponibles hoy en día.

Preparación para su uso

Instalación

1 Antes de utilizarlo por primera vez, abra la tapa de la parte posterior del aparato (consulte el capítulo "Sustitución") y enrosque la lámpara en el portalámparas.

2 Coloque el aparato a una distancia de 40-50 cm de la cabeza, por ejemplo sobre una mesilla de noche (fig. 5).

3 Enchufe el aparato a la toma de corriente.

◗ La hora indicada en la pantalla comienza a parpadear, y aparecen flechas encima y debajo de la hora para indicar que es necesario ajustar la hora del reloj (fig. 6).

Nota: Si la pantalla no se enciende una vez que ha enchufado el aparato, pulse el botón de reinicio situado en la parte inferior del mismo.

Ajuste de la hora del reloj

1 Utilice los botones ▼ y ▲ para ajustar la hora.

2 Mantenga pulsado el botón durante más tiempo para que la hora avance o retroceda con mayor rapidez.

Nota: Después de haber ajustado la hora por primera vez, deberá pulsar el botón "set time" para ajustar la hora de nuevo. La hora indicada en la pantalla comienza a parpadear y aparecen flechas encima y debajo de la misma para indicar puede ajustarse el reloj.

3 Una vez haya ajustado la hora correcta, pulse el botón "set time" para confirmar la hora (fig. 7).

◗ La hora indicada en la pantalla deja de parpadear y las flechas desaparecen.

Nota: Si no confirma la hora, el parpadeo se detiene y las flechas desaparecen después de 10 segundos. Esto indica que se ha establecido la hora.

El aparato está listo para usar.

Uso del aparato

Configuración de la alarma

Cuando se configura la alarma se selecciona el nivel de intensidad de luz, el tipo de sonido y el nivel del mismo. La alarma está configurada cuando el anillo que rodea el botón "ALARM" está iluminado. La intensidad de la luz aumentará lentamente hasta el nivel seleccionado durante los 30 minutos anteriores a la hora fijada para la alarma. El sonido aumentará lentamente hasta el nivel seleccionado durante los 90 segundos siguientes a la hora establecida para la alarma.

Ajuste de la hora de la alarma

1 Pulse el botón de hora de la alarma (⏱) para ajustar la alarma. (fig. 8)

◗ La hora de la alarma comienza a parpadear y aparecen dos flechas encima y debajo de la misma (fig. 9).

2 Utilice los botones ▲ y ▼ para ajustar la hora de la alarma, es decir, la hora a la que desee levantarse. (fig. 10)

3 Pulse el botón durante más tiempo para hacer avanzar o retroceder la hora con mayor rapidez.

4 Pulse de nuevo el botón de la alarma (⏱) para confirmar la hora de la alarma. (fig. 8)

◗ Las flechas desaparecen y la hora de la alarma deja de parpadear.

Nota: Si no confirma la hora de la alarma, el parpadeo se detiene después de 10 segundos. Esto significa que se ha establecido la hora de alarma.

Ajuste del sonido y del nivel de sonido

1 Pulse el botón "ALARM" (fig. 11).

◗ El anillo que rodea el botón "ALARM" se ilumina (fig. 12).

◗ El primer símbolo de sonido (el símbolo de radio en los modelos HF3462 y HF3461 y el símbolo de pitido agradable en el modelo HF3451) comienza a parpadear durante 3 segundos y se puede oír el sonido.

2 Pulse de nuevo el botón "ALARM" si desea seleccionar otro sonido para despertarse. Cuando haya encontrado el sonido que desea utilizar, no pulse de nuevo el botón "ALARM" (fig. 11).
- Después de 3 segundos, el símbolo del sonido seleccionado deja de parpadear para indicar que se ha seleccionado.
- Se ha configurado la alarma y ésta seguirá activa hasta que se desactive la función de alarma. Al hacer esto, el símbolo de sonido desaparece de la pantalla y el anillo que rodea el botón "ALARM" se apaga. Consulte también la sección "Activación y desactivación de la alarma".

3 Gire la rueda de control de volumen para ajustar el nivel del sonido. (fig. 13)
- aparece en la pantalla. (fig. 14)

4 Si no desea escuchar ningún sonido a la hora de despertarse, seleccione el nivel 0.

Ajuste del nivel de intensidad de la luz

1 Utilice la rueda de ajuste de luz ☼ para ajustar el nivel de intensidad de la luz. (fig. 15)
- ☼ aparece en la pantalla.

Consejo: Le recomendamos una intensidad de luz entre 9 y 20 (para el modelo HF3451 con lámpara de 75 W) o entre 7 y 15 (para los modelos HF3462 y HF3461 con lámpara de 100 W) para la función de alarma. Ajuste la intensidad de la luz de acuerdo con sus preferencias probando la función de alarma a diferentes niveles de intensidad de luz.

2 Si no desea que se encienda la luz a la hora de despertarse, seleccione el nivel de intensidad de luz 0.

Comprobación rápida de la alarma

1 Pulse el botón "QUICK CHECK" para iniciar una prueba de la alarma del despertador (fig. 16).
- El anillo que rodea el botón "QUICK CHECK" se enciende (fig. 17).
- Durante los primeros 50 segundos de la prueba, observará un aumento rápido de la intensidad de la luz hasta alcanzar el nivel seleccionado. Durante los últimos 40 segundos oirá el sonido seleccionado aumentando gradualmente hasta el nivel elegido.

2 Pulse de nuevo el botón "QUICK CHECK" para detener la prueba (fig. 16).
- El anillo que rodea el botón "QUICK CHECK" se apaga.

Nota: El aparato seguirá ejecutando la prueba de la alarma del despertador hasta que pulse el botón "QUICK CHECK".

Activación y desactivación de la alarma

El anillo que rodea el botón "ALARM" se ilumina cuando la función de alarma está activa. A la hora establecida, el sonido del despertador se reproduce y la lámpara alcanza el nivel de intensidad de luz seleccionado.

1 Pulse el botón ⏻ para apagar la luz y el sonido del despertador. (fig. 18)
- El anillo que rodea el botón "ALARM" sigue iluminado. La función de alarma aún sigue activa y, al día siguiente, el despertador se activará a la hora establecida con el sonido y la intensidad de la luz seleccionados (fig. 12).

2 Pulse el botón si desea apagar el sonido cuando se active la alarma. (fig. 19)

3 Pulse el botón ☼ si desea apagar la lámpara cuando se active la alarma. (fig. 20)

4 Si desea desactivar toda la función de alarma, pulse el botón "ALARM" una o más veces hasta que desaparezca el símbolo de sonido de la pantalla y el anillo que rodea el botón "ALARM" se apague.

Alarma diferida

1 Pulse el botón "SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL" para apagar el sonido durante 9 minutos una vez se haya activado la alarma (fig. 21).

La lámpara continúa encendida con el nivel de intensidad seleccionado. Después de 9 minutos el sonido del despertador se activa de nuevo automáticamente.

2 Pulse el botón "SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL" durante más tiempo para reducir la intensidad de la luz.

Nota: Sólo puede hacer esto una vez. Tras soltar el botón, éste vuelve a funcionar como control de brillo de la pantalla.

Nota: Sólo puede utilizar la función de alarma diferida durante los 15 minutos siguientes tras la activación de la alarma. Una vez transcurridos estos 15 minutos, el botón deja de funcionar como botón de alarma diferida y sólo funciona como botón de control de brillo de la pantalla.

Ajuste de la intensidad de la luz durante la fase del despertar

1 Gire la rueda de ajuste de luz ☼ para seleccionar una intensidad mayor o menor. (fig. 15)

La lámpara se ilumina con la intensidad seleccionada durante el resto de la fase del despertar.

Ajuste del brillo de la pantalla

1 Pulse el botón "SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL" para ajustar el brillo de la pantalla (fig. 21).

Pulse de nuevo el botón para ajustar el brillo a otro nivel. Hay tres niveles.

Nota: Este botón no se puede utilizar para ajustar el brillo de la pantalla cuando la alarma se activa o durante la alarma diferida.

⏻ Botón

1 Cuando se activa la alarma a la hora fijada para despertarse, pulse el botón ⏻ para apagar la luz y el sonido del despertador.

Nota: La función de alarma permanece activa y la luz que rodea el botón de alarma sigue encendida.

2 Cuando haya encendido la lámpara para leer y/o la radio, pulse el botón ⏻ para apagar la lámpara para leer y/o la radio.

Cuando pulse de nuevo el botón ⏻ , sólo se encenderá la luz.

Nota: Cuando la función de alarma está activa, la pulsación del botón ⏻ no afecta a la configuración de la alarma.

Lámpara para leer

1 Pulse el botón ☼☼ para encender o apagar la lámpara. (fig. 20)

2 Gire la rueda de ajuste de luz ☼ hacia arriba o hacia abajo para aumentar o reducir el nivel de intensidad de la luz. (fig. 15)

◗ La indicación del nivel de luz de la pantalla ☼ muestra el nivel de intensidad de la luz (00 a 20). (fig. 22)

Consejo: Para leer le recomendamos que ajuste la intensidad de la luz a 20 (nivel máximo). Si este nivel no fuera suficiente, encienda una lámpara adicional.

No olvide volver a ajustar el nivel de intensidad de la luz como despertador.

Radio (sólo modelos HF3462 y HF3461)

1 Pulse el botón "RADIO" para encender la radio (fig. 23).

◗ El anillo que rodea el botón se ilumina (fig. 24).

2 Utilice los botones ▲ y ▼ para seleccionar la frecuencia de su emisora favorita. (fig. 25)
Puede seleccionar emisoras de FM.

3 Puede utilizar la antena externa para mejorar la recepción. Inserte la antena externa en la toma de antena situada junto al símbolo Ƴ en la parte posterior del aparato.

4 Pulse el botón "RADIO" para apagar la radio (fig. 23).

Fallo en el suministro de energía

Para asegurar que la alarma se active a la hora establecida tras un corte breve del suministro de energía, el aparato está equipado con un sistema de memoria. Este sistema cuenta con una batería autorrecargable que no necesita ser reemplazada. El sistema "recuerda" la hora durante algunos minutos.

- Después de un fallo prolongado en el suministro de energía, la pantalla muestra una hora del reloj incorrecta y la hora de la alarma queda fijada en 00.00. Ajuste la hora del reloj correcta (consulte el capítulo "Preparación para su uso") y la hora de la alarma correcta (consulte el capítulo "Uso del aparato") (fig. 6).

Reinicio

1 Si el aparato no responde correctamente, desenchufe el aparato de la toma de corriente y vuelva a enchufarlo. Si no se soluciona el problema, pulse el botón de reinicio situado en la parte inferior del aparato para restablecer los ajustes de la pantalla predeterminados de fábrica (fig. 26).

Limpieza y mantenimiento

Desenchufe siempre el aparato y déjelo enfriar durante aproximadamente 15 minutos antes de limpiarlo.

No utilice estropajos, agentes abrasivos ni líquidos agresivos, como gasolina o acetona, para limpiar el aparato.

Limpie regularmente el polvo del interior del aparato con un paño seco, ya que el polvo acumulado cerca de una lámpara potente representa un peligro potencial de incendio.

1 Limpie la parte exterior con un paño húmedo.

2 Limpie el interior del aparato con un paño seco.

- Abra la tapa para sustituir la lámpara empujando el saliente situado en la parte inferior primero hacia dentro y luego hacia arriba y ejerciendo algo de fuerza (fig. 27).
- Incline todo lo posible hacia fuera la tapa para sustituir la lámpara (fig. 28).
- No deje que entre agua en el aparato o que se derrame agua sobre el mismo (fig. 29).

Sustitución

A excepción de la lámpara, el aparato no contiene ninguna pieza que necesite ser reemplazada. La lámpara debe sustituirse cuando deje de iluminarse o cuando se observe una disminución de su rendimiento (consulte también el capítulo "Importante"). Para sustituir la lámpara deberá utilizar una lámpara Philips SOFTONE softwhite E27 75 W 230 V T55 (modelo HF3451), o una lámpara Philips SOFTONE softwhite E27 100 W 230 V T55 (modelos HF3462 y HF3461). Sólo estas lámparas proporcionan la intensidad de la luz correcta.

Sustitución de la lámpara

1 Desenchufe el aparato.

2 Deje que el aparato se enfríe durante aproximadamente 15 minutos.

3 Abra la tapa para sustituir la lámpara empujando el saliente situado en la parte inferior primero hacia dentro y luego hacia arriba y ejerciendo algo de fuerza (fig. 27).

4 Incline todo lo posible hacia fuera la tapa para sustituir la lámpara (fig. 28).

5 Retire la lámpara usada del portalámparas (fig. 30).

6 Enrosque una lámpara nueva en el portalámparas.

Medio ambiente

- Al final de su vida útil, no tire el aparato junto con la basura normal del hogar. Llévelo a un punto de recogida oficial para su reciclado. De esta manera ayudará a conservar el medio ambiente (fig. 31).

Garantía y servicio

Si necesita información o si tiene algún problema, visite la página Web de Philips en **www.philips.com**, o póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país (hallará el número de teléfono en el folleto de la garantía mundial). Si no hay Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país, diríjase a su distribuidor local Philips o póngase en contacto con el Service Department de Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Restricciones de la garantía

La garantía internacional no cubre la lámpara.

Especificaciones

Modelo	HF3451, HF3461 y HF3462	
Voltaje nominal	230 V	
Frecuencia nominal	50 Hz	
Potencia nominal de entrada	75 W (HF3451) o 100 W (HF3462 y HF3461)	
Clase	II	
Clasificación	No clasificado	
Resistencia al agua	IPX0	
Condiciones de funcionamiento	Temperatura	de +10°C a +35°C
	Humedad relativa	de 30% a 90%
Condiciones de almacenamiento	Temperatura	de -20°C a +50°C
	Humedad relativa	de 30% a 90% (sin condensación)

Si lo desea, puede solicitar diagramas del circuito, listas de componentes y otras descripciones técnicas.
Tome las medidas necesarias para evitar interferencias electromagnéticas o de otro tipo entre éste y otros aparatos.

Preguntas más frecuentes

Pregunta	Respuesta
¿Por qué no funciona el aparato?	Puede que no haya enchufado bien la clavija a la toma de corriente. Conéctela correctamente.
	Puede que haya un fallo en el suministro de energía. Compruebe si la toma de corriente funciona conectando otro aparato.
	Puede que el cable de red esté dañado. Si el cable está dañado, debe ser sustituido por Philips, por un centro de servicio autorizado por Philips o por personal cualificado, con el fin de evitar situaciones de peligro.
	Puede que el aparato se haya recalentado y la protección contra recalentamiento lo haya apagado. Elimine la causa del recalentamiento (por ejemplo, una toalla que esté bloqueando una o más rejillas de ventilación) y desenchufe el aparato. Espere unos 20 minutos y luego enchufe de nuevo el aparato a la red.
¿Por qué se calienta el aparato durante su uso?	Esto es normal, el aparato se calienta con la luz de la lámpara.
El aparato no responde cuando intento configurar diferentes funciones ¿Qué debo hacer?	Pulse el botón de reinicio situado en la parte inferior del aparato, o desenchufe y vuelva a enchufar el aparato a la red. De este modo, la configuración del aparato se restaura a los valores predeterminados de fábrica.
¿Por qué no se enciende la luz cuando se activa la alarma?	Puede que haya ajustado el nivel de luz demasiado bajo.
	Puede que haya desactivado la función de alarma pulsando el botón "ALARM".
	Puede que la lámpara esté defectuosa. Sustitúyala (consulte el capítulo "Sustitución").
¿Por qué no puedo volver a encender la lámpara inmediatamente después de haberla apagado?	Debe esperar 3 segundos para que la lámpara se apague totalmente. Durante este intervalo el botón ⏻ no funciona.
¿Por qué no oigo ningún sonido cuando se activa la alarma?	Puede que haya ajustado el nivel del sonido demasiado bajo. Gire el control de volumen a un nivel más alto.
	Puede que haya desactivado la función de alarma pulsando el botón "ALARM".

Pregunta	Respuesta
	Si ha seleccionado la radio como sonido para la alarma (sólo modelos HF3462 y HF3461), la radio podría estar defectuosa. Pulse el botón de la radio después de haber apagado la alarma para comprobar si funciona. Si no funciona, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país.
¿Por qué no funciona la radio (sólo modelos HF3462 y HF3461)?	Probablemente la función de radio esté defectuosa. Póngase en contacto con el Servicio Philips de Atención al Cliente de su país.
	Conecte la antena externa si es que no lo ha hecho todavía. Consulte la sección "Radio" en el capítulo "Uso del aparato".
¿Por qué la radio (sólo modelos HF3462 y HF3461) produce un sonido crepitante?	Puede que la señal de radio sea débil. Intente sintonizar la señal correcta (consulte el capítulo "Uso del aparato").
La alarma se activó ayer. ¿Por qué no lo ha hecho hoy?	Puede que haya desactivado la función de alarma pulsando el botón "ALARM". Ajuste la alarma para el día siguiente y apague el sonido y la luz de la alarma del despertador pulsando el botón ⏻ (consulte el capítulo "Uso del aparato").
	Puede que haya ajustado el nivel de sonido y/o de luz demasiado bajo. Ajuste el nivel de sonido y/o luz más alto.
	Puede que se haya producido un fallo en el suministro de energía cuya duración ha superado la capacidad del sistema de memoria. Después de un fallo prolongado en el suministro de energía, la pantalla muestra una hora del reloj incorrecta y la hora de la alarma queda fijada en 00.00. Ajuste la hora del reloj correcta (consulte el capítulo "Preparación para su uso") y la hora de la alarma correcta (consulte el capítulo "Uso del aparato").
¿Por qué la luz me despierta demasiado pronto/demasiado tarde?	Puede que el nivel de luz que ha ajustado no sea adecuado para usted. Pruebe un nivel inferior si se despierta demasiado pronto, o superior si lo hace demasiado tarde. Para la mayoría de las personas, la luz resulta eficaz en posiciones entre 9 y 20 (HF3451) o entre 7 y 15 (HF3462 y HF3461).
	Puede que se despierte demasiado tarde porque el aparato está situado a una altura inferior a la de su cabeza. Asegúrese de que el aparato esté situado a una altura tal que la luz no resulte interceptada por la cama, edredón o almohada.
¿Por qué no funciona el botón "SNOOZE"?	La función de alarma diferida sólo puede utilizarse durante los 15 minutos posteriores a la activación de la alarma. Una vez transcurridos estos 15 minutos, el botón deja de funcionar como botón de alarma diferida y sólo lo hace como botón de control de brillo de pantalla.

Johdanto

Tämä laite auttaa sinua heräämään pirteämpänä ja energisempänä. Se luo kesäisen auringonnousun kaltaisen kokemuksen, jonka ansiosta herääminen ja sängystä nouseminen on paljon helpompaa. Valoteho lisääntyy hitaasti valitulle tasolle 30 minuutin aikana. Valo vähentää unihormoni melatoniinin tasoa ja lisää kortisolihormonin tuotantoa, joten heräät energisempänä. Laite voi herättää sinut pelkän valon tai valon ja äänen avulla. Laitetta voi käyttää myös lukulamppuna.

Valo ja biologinen kello

Valolle altistuminen säätelee biologista kelloa, joka ohjaa kehon vuorokausirytmiä. Melatoniinitaso nousee iltaisin, mikä valmistaa kehoa unta varten ja laskee kehon lämpötilaa. Aamun valo lisää kehoa herättävän ja mieltä piristävän kortisolihormonin eritystä. Parhaassa tapauksessa vuorokausirytmit ovat yhtenäiset uni- ja valverytmien kanssa. Katkonaisella unella ja vuorokausirytmeillä voi olla vakavia haittavaikutuksia terveydelle, suorituskyvylle ja tuottavuudelle. Syksyisin ja talvisin, jolloin päivät ovat lyhyempiä ja pimeämpiä, monet tuntevat itsensä väsyneeksi ja tarvitsevat enemmän unta. Energian puute ja heräämisen vaikeus aamuisin ovat yleisiä talvimasennuksen oireita. Muita oireita voivat olla odottamattomat mielialan vaihtelut, keskittymisvaikeudet ja halu syödä lihottavia hiilihydraatteja sisältävää ruokaa. Jotkut voivat jopa kärsiä vakavasta kaamosmasennuksesta (seasonal affective disorder, SAD), joka katoaa kevään koittaessa.

Auringonnousun simulaation vaikutukset

Hypersomnia eli liikaunisuus johtuu viiveestä vuorokausirytmissä. Philipsin herätysvalo säätelee vuorokausirytmiä unen viimeisen puolen tunnin ajan. Varhain aamulla silmämme ovat herkemmät valolle kuin hereillä ollessamme. Aamun tunteina simuloidun auringonnousun suhteellisen hämärä valo riittää siirtämään biologista kelloamme eteenpäin, vähentämään melatoniinin tuotantoa ja nostamaan kortisolitasoa herätessämme. Kliiniset tutkimukset ovat osoittaneet, että auringonnousun simulaation säännöllinen käyttö voi lieventää vakavimpiakin talvimasennuksen oireita. Herätysvalon käyttäjät heräävät helpommin ja energisempinä ja heidän mielialansa, tuottavuutensa ja keskittymiskykynsä parantuvat. Philipsin herätysvalon avulla voit luoda täydellisen auringonnousun simulaation asettamalla valon tason juuri omaa valoherkkyyttäsi vastaavaksi.
Lisätietoja laitteen terveysvaikutuksista on osoitteessa www.philips.com (hakusana Wake-up Light).

Laitteen osat (Kuva 1)

A Alusta
B Ilmanvaihtoaukot
C Lampun kotelo
D Yläosan ohjauspaneeli
1 Lisäaika / näytön kirkkauden säätö -painike
2 ☼ painike (valokytkin)
3 ⏻ painike (valon ja äänen kytkin)
4 painike (äänen sammutus)
E 100 W:n lamppu (HF3462, HF3461) tai 75 W:n lamppu (HF3451)
F Lampunvaihtoluukku
G Pohjan ohjauspaneeli
1 ☼ säätöpyörä (valotehon säätäminen)
2 Herätyspainike
3 Radiopainike (vain malleissa HF3462, 3461)
4 Pikatarkistuspainike
5 säätöpyörä (äänenvoimakkuuden säätäminen)
H Näyttö
1 ▲ painike
2 Ajannäyttö
3 painike (kellonajan asettaminen)

4 ⏱ painike (herätysajan asettaminen)
5 Lammen ääni -kuvake (vain malleissa HF3462, HF3461)
6 Meren ääni -kuvake (vain malleissa HF3462, HF3461)
7 Metsän ääni -kuvake
8 Miellyttävän äänimerkin kuvake
9 Radiokuvake (vain malleissa HF3462, HF3461)
10 ▼ painike
11 Radiotaajuuden ilmaisin (vain malleissa HF3462, HF3461)
12 Valotason ilmaisin (näkyy valon tasoa säädettäessä)
13 Herätysajan ilmaisin
14 Äänenvoimakkuuden ilmaisin (näkyy äänenvoimakkuutta säädettäessä)
⏻ Nollauspainike

Huomautus: HF3462/30, HF3462/20 ja HF3462/10 ovat erivärisiä, mutta teknisiltä ominaisuuksiltaan samanlaisia. Tämän vuoksi näihin kolmeen malliin viitataan tässä käyttöoppaassa koko ajan mallinumerolla HF3462.

Tärkeää

- Lue tämä käyttöopas huolellisesti ennen käyttöä ja säilytä se vastaisen varalle (Kuva 2).
- Tämä laite on kaksoiseristetty suojausluokan II vaatimusten mukaisesti (Kuva 3).
- Laite on Euroopan unionin lääketieteellisiä laitteita koskevan direktiivin MDD 93/42/ETY mukainen.
- Tarkista, että laitteeseen merkitty käyttöjännite vastaa paikallista verkkojännitettä, ennen kuin liität laitteen pistorasiaan.
- Laite soveltuu 230 voltin verkkojännitteelle.
- Jos virtajohto on vahingoittunut, se täytyy oman turvallisuutesi vuoksi vaihdattaa Philipsin valtuuttamassa huoltoliikkeessä tai muulla ammattitaitoisella korjaajalla.
- Älä altista laitetta koville iskuille.
- Vesi ja sähkölaitteet eivät sovi yhteen! Tämän takia laitetta ei saa käyttää kosteissa tiloissa, kuten suihku- tai kylpyhuoneessa tai uima-altaan lähellä.
- Älä valuta tai läikytä vettä laitteen päälle.
- Laitetta ei ole tarkoitettu lasten tai sellaisten henkilöiden käyttöön, joiden fyysinen tai henkinen toimintakyky on rajoittunut tai joilla ei ole kokemusta tai tietoa laitteen käytöstä, muuten kuin heidän turvallisuudestaan vastaavan henkilön valvonnassa ja ohjauksessa.
- Pienten lasten ei saa antaa leikkiä laitteella.
- Aseta laite tasaiselle ja vakaalle alustalle ja varmista, että sen ympärillä on vähintään 15 cm ja päällä 40 cm tyhjää tilaa, ettei laite kuumene liikaa (Kuva 4).
- Älä käytä laitetta alle 10 C:n tai yli 35 C:n lämpötilassa.
- Tarkista, että mikään ei tuki laitteen alustassa ja päällä olevia ilmanvaihtoaukkoja käytön aikana.
- Pyyhi säännöllisesti pöly laitteen sisältä kuivalla liinalla, koska lampun lähelle kerääntynyt pöly saattaa aiheuttaa tulipalovaaran. Lisätietoja on kohdassa Puhdistus ja hoito.
- Laitteessa on automaattinen ylikuumenemissuoja. Jos laite ei jäähdy tarpeeksi (esimerkiksi jos ilmanvaihtoaukot on tukittu), laitteen virta katkeaa automaattisesti. Poista ylikuumenemisen aiheuttaja, irrota pistoke pistorasiasta ja anna laitteen jäähtyä noin 20 minuuttia. Käynnistä sitten laite uudelleen kytkemällä virtajohto pistorasiaan.
- Anna laitteen jäähtyä noin 15 minuuttia ennen puhdistamista ja säilytykseen asettamista.
- Älä käytä laitetta, jos lampun kotelo on vahingoittunut, rikki tai kadonnut.
- Suosittelemme asettamaan herätysvalon tehoksi 9 - 20 (malli HF3451, jossa 75 W:n lamppu) tai 7 - 15 (mallit HF3462, HF3461, jossa 100 W:n lamppu). Nämä asetukset vastaavat 100 - 300 luksin valotehoa. Sopiva asetus riippuu valoherkkyydestäsi, joka sinun on itse määritettävä. Voit valita myös korkeamman tai alhaisemman asetuksen. Lisätietoja on kohdassa Käyttö. Jos mallin HF3451 valotehon taso 20 ei riitä, laite kannattaa siirtää lähemmäs sänkyä.

- Jos heräät liian aikaisin tai kärsit herätessäsi päänsärystä, vähennä valotehoa.
- Jos nukut samassa huoneessa toisen ihmisen kanssa, valo saattaa herättää hänet, vaikka hän olisi kauempana laitteesta. Tämä ilmiö johtuu henkilökohtaisista valoherkkyyden eroista.
- Jos alat uudelleen kärsiä heräämisvaikeuksista, tämä saattaa johtua lampun valotehon heikkenemisestä, mikä tapahtuu jonkin ajan kuluttua laitteen käyttöönotosta. Tässä tapauksessa voit lisätä valotehoa tai vaihtaa lampun.
- Ota yhteys lääkäriin ennen Philipsin herätysvalon käyttöä, mikäli kärsit tai olet kärsinyt vakavasta masennuksesta.
- Älä käytä laitetta yöunen lyhentämiseen. Laitteen tarkoitus on auttaa sinua heräämään helpommin. Se ei vähennä unen tarvetta.
- Käytä aina Philipsin 75 W:n E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 -lamppua (malli HF3451) tai Philipsin 100 W:n E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 -lamppua (mallit HF3462, HF3461).
- Laitteessa ei ole virtakytkintä. Laite irrotetaan sähköverkosta irrottamalla pistoke pistorasiasta.
- Jos laitetta käytetään teollisuusalueella ja/tai sähkölaitoksen lähellä, lamppu saattaa tietyissä olosuhteissa sammua kesken käytön. Tällä ei ole jatkossa haitallista vaikutusta laitteen turvalliselle toiminnalle.

Sähkömagneettiset kentät (EMF)

Tämä Philips-laite vastaa kaikkia sähkömagneettisia kenttiä (EMF) koskevia standardeja. Jos laitetta käytetään oikein ja tämän käyttöohjeen ohjeiden mukaisesti, sen käyttäminen on turvallista tämänhetkisten tieteellisten tutkimusten perusteella.

Käyttöönotto

Asentaminen

1 Avaa ennen laitteen käyttöönottoa laitteen takana oleva luukku (katso kohtaa Varaosat) ja kierrä lamppu pidikkeeseen.

2 Aseta laite 40 - 50 cm:n etäisyydelle päästäsi, esimerkiksi yöpöydälle (Kuva 5).

3 Työnnä pistoke pistorasiaan.
- Aika alkaa vilkkua näytössä ja ajan ylä- ja alapuolelle ilmestyvät nuolet ilmaisevat, että kellonaika on asetettava (Kuva 6).

Huomautus: Jos näyttöön ei tule valoa, kun laitteen pistoke on kytketty pistorasiaan, paina laitteen pohjassa olevaa nollauspainiketta.

Kellonajan asettaminen

1 Aseta kellonaika ▼- ja ▲-painikkeilla.

2 Voit siirtää kelloa nopeammin eteen- tai taaksepäin pitämällä painiketta pohjassa kauemmin.

Huomautus: Kun olet asettanut kellonajan ensimmäistä kertaa, sinun on painettava ajanasetuspainiketta voidaksesi säätää kellonaikaa uudelleen. Aika alkaa vilkkua näytössä, ja ajan ylä- ja alapuolelle ilmestyvät nuolet ilmaisevat, että kellonajan voi asettaa.

3 Kun olet asettanut oikean ajan, vahvista asetus painamalla ajanasetuspainiketta (Kuva 7).
- Aika lakkaa vilkkumasta näytössä, ja nuolet katoavat.

Huomautus: Jos et vahvista aikaa, vilkkuminen lakkaa ja nuolet katoavat 10 sekunnin kuluttua. Tämä ilmaisee, että aika on asetettu.
Laite on nyt käyttövalmis.

Käyttö

Herätyksen asettaminen

Herätystä asetettaessa valitaan valotehon taso, ääni ja äänenvoimakkuus. Herätys on asetettu, kun herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas palaa. Valoteho lisääntyy hitaasti valitulle tasolle saakka viimeisen 30 minuutin aikana ennen herätysaikaa. Äänenvoimakkuus lisääntyy hitaasti valitulle tasolle saakka 90 sekunnin aikana herätysajan jälkeen.

Herätysajan asettaminen

1 Aseta herätys painamalla herätyspainiketta ( ). (Kuva 8)
- Herätysaika alkaa vilkkua, ja herätysajan ylä- ja alapuolelle ilmestyvät nuolet (Kuva 9).

2 Aseta herätysaika ▲- ja ▼-painikkeilla. (Kuva 10)

3 Voit siirtää aikaa nopeammin painamalla painiketta kauemmin.

4 Vahvista herätysaika painamalla herätysaikapainiketta ( ) uudelleen. (Kuva 8)
- Nuolet katoavat ja herätysaika lakkaa vilkkumasta.

Huomautus: Jos et vahvista herätysaikaa, vilkkuminen lakkaa 10 sekunnin kuluttua. Tämä tarkoittaa, että herätysaika on asetettu.

Äänen ja äänenvoimakkuuden asettaminen

1 Paina herätyspainiketta (Kuva 11)
- Herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas alkaa palaa (Kuva 12).
- Ensimmäinen äänikuvake (radiokuvake malleissa HF3462, HF3461 ja miellyttävän äänimerkin kuvake mallissa HF3451) vilkkuu 3 sekunnin ajan ja ääni kuuluu.

2 Jos haluat valita toisen herätysäänen, paina herätyspainiketta uudelleen. Kun olet löytänyt haluamasi äänen, älä paina herätyspainiketta enää (Kuva 11).
- 3 sekunnin kuluttua valitun äänen kuvake lakkaa vilkkumasta. Tämä ilmaisee, että ääni on valittu.
- Herätys on asetettu ja se toimii, kunnes herätystoiminto kytketään pois käytöstä. Tällöin äänikuvake katoaa näytöstä ja herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas sammuu. Katso myös kohta Herätyksen kytkentä ja sammutus.

3 Valitse äänenvoimakkuus kääntämällä säätöpyörää . (Kuva 13)
- Näytössä näkyy . (Kuva 14)

4 Jos haluat äänettömän herätyksen, valitse taso 0.

Valotehon asettaminen

1 Valitse valoteho kääntämällä säätöpyörää ☀. (Kuva 15)
- Näytössä näkyy ☀.

Vinkki: Suosittelemme asettamaan herätysvalon tehoksi 9 - 20 (malli HF3451, jossa 75 W:n lamppu) tai 7 - 15 (mallit HF3462, HF3461, jossa 100 W:n lamppu). Aseta valoteho omien mieltymystesi mukaiseksi kokeilemalla herätystoimintoa eri valotehoilla.

2 Jos et halua valon syttyvän herätysaikaan, valitse valotehon tasoksi 0.

Nopea herätyksen tarkistus

1 Aloita nopeutettu herätyksen testaus painamalla pikatarkistuspainiketta (Kuva 16).
- Pikatarkistuspainikkeen ympärillä oleva valorengas syttyy (Kuva 17).
- Testin ensimmäisen 50 sekunnin aikana valoteho lisääntyy nopeasti valitulle tasolle saakka. Viimeisen 40 sekunnin aikana valittu ääni lisääntyy vähitellen valitulle tasolle saakka.

2 Lopeta testi painamalla pikatarkistuspainiketta uudelleen (Kuva 16).

- Pikatarkistuspainikkeen ympärillä oleva valorengas sammuu.

Huomautus: Laite jatkaa nopeutettua herätyksen testausta, kunnes pikatarkistuspainiketta painetaan.

Herätyksen kytkentä ja sammutus

Herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas palaa herätyksen ollessa käytössä. Valittuna herätysaikana herätysääni kuuluu ja lampun valoteho on valitulla tasolla.

1 Voit kytkeä valon ja herätysäänen pois käytöstä painamalla ⏻-painiketta. (Kuva 18)
- Herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas palaa edelleen. Herätystoiminto on edelleen käytössä: herätys tapahtuu valittuna aikana ja valitulla äänenvoimakkuudella ja valoteholla seuraavana aamuna. (Kuva 12)

2 Jos haluat kytkeä äänen pois käytöstä herätyksen aikana, paina -painiketta. (Kuva 19)

3 Jos haluat kytkeä lampun pois käytöstä herätyksen aikana, paina -painiketta. (Kuva 20)

4 Jos haluat kytkeä herätystoiminnon kokonaan pois käytöstä, paina herätyspainiketta yhden tai useamman kerran, kunnes näytössä ei näy äänikuvaketta ja herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas sammuu.

Lisäaika

1 Voit herätyksen alettua kytkeä äänen pois käytöstä 9 minuutiksi painamalla Lisäajan ja näytön kirkkauden säätö -painiketta (Kuva 21).

Lamppu palaa edelleen valitulla valoteholla. 9 minuutin kuluttua herätysääni kuuluu automaattisesti uudelleen.

2 Voi himmentää valon painamalla Lisäajan ja näytön kirkkauden säätö -painiketta kauemmin.

Huomautus: Voit tehdä tämän vain kerran. Kun vapautat painikkeen, se toimii jälleen näytön kirkkauden säätö -painikkeena.

Huomautus: Voit käyttää lisäaikatoimintoa vain 15 minuutin kuluessa herätyksen alkamisesta. 15 minuutin kuluttua painike ei enää toimi lisäaikapainikkeena, vaan pelkästään Näytön kirkkauden säätö -painikkeena.

Valotehon säätäminen herätysvaiheen aikana

1 Säädä valotehoa korkeammaksi tai alhaisemmaksi kääntämällä säätöpyörää . (Kuva 15)

Lamppu palaa valitulla valoteholla herätysvaiheen loppuun saakka.

Näytön kirkkauden säätäminen

1 Voit säätää näytön kirkkautta painamalla Lisäajan ja näytön kirkkauden säätö -painiketta (Kuva 21).

Aseta toinen kirkkauden taso painamalla painiketta uudelleen. Tasoja on kolme.

Huomautus: Painikkeella ei voi säätää näytön kirkkautta herätyksen tai lisäajan aikana.

⏻ painike

1 Herätyksen aikana voit kytkeä herätysvalon ja äänen pois käytöstä painamalla ⏻-painiketta.

Huomautus: Herätystoiminto on edelleen käytössä, ja herätyspainikkeen ympärillä oleva valorengas palaa edelleen.

2 Kun lukulamppu ja/tai radio on käytössä, voit sammuttaa ne painamalla ⏻-painiketta.

Kun painat ⏻-painiketta uudelleen, vain valo syttyy.

Huomautus: Herätystoiminnon ollessa käytössä ⏻-painikkeen painaminen ei vaikuta herätyksen asetuksiin.

Lukulamppu

1 Ota lukulamppu käyttöön tai sammuta se painamalla ☀☀-painiketta. (Kuva 20)

2 Voit säätää valotehoa kääntämällä säätöpyörää ☀. (Kuva 15)
- Näytön valotehon ilmaisin ☀ osoittaa valotehon tason (00 - 20). (Kuva 22)

Vinkki: Suosittelemme asettamaan valotehon tasolle 20 (enimmäistaso), kun käytät valoa lukulamppuna. Jos tämä valoteho ei riitä, sytytä toinen lamppu.

Muista asettaa valoteho takaisin oikealle tasolle herätystä varten!

Radio (vain malleissa HF3462, HF3461)

1 Käynnistä radio painamalla radiopainiketta (Kuva 23).
- Painikkeen ympärillä oleva valorengas alkaa palaa (Kuva 24).

2 Valitse lempikanavasi taajuus ▲- ja ▼-painikkeilla. (Kuva 25)
Voit valita haluamasi FM-aseman.

3 Voit kytkeä ulkoisen antennin paremman vastaanoton saamiseksi. Aseta ulkoinen antenni symbolin Y vieressä olevaan antenniliitäntään laitteen takaosassa.

4 Sammuta radio painamalla radiopainiketta (Kuva 23).

Sähkökatkokset

Laitteen varmistusjärjestelmä takaa, että herätys toimii lyhyen sähkökatkoksen jälkeenkin. Järjestelmässä on itsestään latautuva akku, jota ei tarvitse vaihtaa. Herätysaika säilyy järjestelmän muistissa muutaman minuutin ajan.
- Pitkän sähkökatkoksen jälkeen näyttö näyttää väärää kellonaikaa ja herätysaika on 00.00. Aseta oikea kellonaika (katso kohta Käyttöönotto) ja oikea herätysaika (katso kohta Käyttö) (Kuva 6).

Nollaus

1 Jos laite ei toimi oikein, irrota pistoke pistorasiasta ja kytke se uudelleen. Jos tämä ei auta, paina nollauspainiketta laitteen pohjassa palauttaaksesi näyttöön tehtaan oletusasetukset (Kuva 26).

Puhdistus ja hoito

Irrota pistoke pistorasiasta ja anna laitteen jäähtyä noin 15 minuuttia ennen puhdistusta.

Älä käytä naarmuttavia tai syövyttäviä puhdistusaineita tai -välineitä laitteen puhdistamiseen (kuten bensiiniä tai asetonia).

Pyyhi säännöllisesti pöly laitteen sisältä kuivalla liinalla, koska lampun lähelle kerääntynyt pöly saattaa aiheuttaa tulipalovaaran.

1 Pyyhi laitteen ulkopuoli puhtaaksi kostealla liinalla.

2 Pyyhi laitteen sisäpuoli puhtaaksi kuivalla liinalla.
- Avaa lampunvaihtoluukku työntämällä pohjassa olevaa salpaa ensin sisäänpäin ja sitten ylöspäin käyttäen jonkin verran voimaa (Kuva 27).
- Kallista lampunvaihtoluukkua mahdollisimman kauas ulospäin (Kuva 28).
- Älä valuta tai läikytä vettä laitteen päälle (Kuva 29).

Varaosat

Lamppu on laitteen ainoa vaihdettava osa.
Lamppu on vaihdettava, kun se lakkaa palamasta tai kun valoteho heikkenee (katso myös kohta Tärkeää). Laitteessa tulee käyttää Philipsin 75 W:n E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 -lamppua (malli HF3451) tai Philipsin 100 W:n E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 -lamppua (mallit HF3462, HF3461). Valoteho on oikea vain näitä lamppuja käytettäessä.

Lampun vaihtaminen

1 Irrota pistoke pistorasiasta.

2 Anna laitteen jäähtyä noin 15 minuuttia.

3 Avaa lampunvaihtoluukku työntämällä pohjassa olevaa salpaa ensin sisäänpäin ja sitten ylöspäin käyttäen jonkin verran voimaa (Kuva 27).

4 Kallista lampunvaihtoluukkua mahdollisimman kauas ulospäin (Kuva 28).

5 Irrota vanha lamppu pidikkeestä (Kuva 30).

6 Kierrä uusi lamppu pidikkeeseen.

Ympäristöasiaa

- Älä hävitä vanhoja laitteita tavallisen talousjätteen mukana, vaan toimita ne valtuutettuun kierrätyspisteeseen. Näin autat vähentämään ympäristölle aiheutuvia haittavaikutuksia (Kuva 31).

Takuu ja huolto

Jos haluat lisätietoja tai laitteen kanssa tulee ongelmia, tutustu Philipsin Internet-sivustoon osoitteessa **www.philips.com** tai kysy neuvoa Philipsin asiakaspalvelusta (puhelinnumero löytyy kansainvälisestä takuulehtisestä). Voit myös ottaa yhteyden jälleenmyyjään tai Philipsin valtuuttamaan huoltoliikkeeseen tai suoraan Philips Domestic Appliances and Personal Care BV:n huolto-osastoon.

Takuun rajoitukset

Kansainvälinen takuu ei kata lamppua.

Tekniset tiedot

Malli	HF3451, HF3461 ja HF3462	
Nimellisjännite	230 V	
Nimellistaajuus	50 Hz	
Nimellisteho	75 W (HF3451) tai 100 W (HF3462, HF3461)	
Suojausluokka	II	
Luokitus	Ei luokiteltu	
Veden sisäänpääsy	IPX0	
Käyttöolosuhteet	Lämpötila	+10°C...+35°C
	Suhteellinen kosteus	30 %...90 %
Säilytysolosuhteet	Lämpötila	-20°C...+50°C
	Suhteellinen kosteus	30 %...90% (ei tiivistymistä)

Piirikaaviot, osaluettelot ja muut tekniset tiedot voi tilata tarvittaessa.
Estä sähkömagneettiset tai muun tyyppiset häiriöt tämän ja muiden laitteiden välillä.

Tavallisimmat kysymykset

Kysymys	Vastaus
Miksi laite ei toimi?	Pistoke ei ehkä ole kunnolla pistorasiassa. Aseta pistoke kunnolla pistorasiaan.
	Pistorasiaan ei ehkä tule virtaa. Tarkista pistorasian virrantulo yhdistämällä siihen jokin toinen laite.
	Virtajohto on ehkä vahingoittunut. Jos virtajohto on vahingoittunut, se tulisi oman turvallisuutesi takia vaihdattaa Philips Kodinkoneiden valtuuttamassa huoltoliikkeessä tai ammattitaitoisella korjaajalla.
	Laite on saattanut ylikuumentua, jolloin ylikuumenemissuoja katkaisee virran. Poista ylikuumenemisen aiheuttaja (esim. pyyhe, joka tukkii yhden tai useamman ilmanvaihtoaukon) ja irrota pistoke pistorasiasta. Odota noin 20 minuuttia ja kytke pistoke takaisin pistorasiaan.
Miksi laite kuumenee käytön aikana?	Tämä on normaalia, sillä lamppu kuumentaa laitetta.
Laite ei toimi, kun yritän käyttää eri toimintoja. Mitä teen nyt?	Paina laitteen pohjassa olevaa nollauspainiketta tai irrota pistoke pistorasiasta ja kytke se takaisin. Näin laitteeseen palautetaan tehtaan oletusasetukset.
Miksi valo ei syty herätyksen alkaessa?	Valoteho on ehkä asetettu liian alhaiseksi.
	Olet saattanut kytkeä herätystoiminnon pois käytöstä painamalla herätyspainiketta.
	Lamppu saattaa olla viallinen. Vaihda lamppu (katso kohta Varaosat).
Miksi lamppu ei syty heti sammuttamisen jälkeen?	Lampun himmenemistä täytyy odottaa 3 sekuntia. Tänä aikana ⏻-painike ei toimi.
Miksi laitteesta ei kuulu ääntä herätyksen aikana?	Olet saattanut asettaa äänenvoimakkuuden liian alhaiseksi. Aseta äänenvoimakkuus suuremmaksi.
	Olet saattanut kytkeä herätystoiminnon pois käytöstä painamalla herätyspainiketta.
	Jos olet valinnut herätysääneksi radion (vain malleissa HF3462, HF3461), vika voi olla radiossa. Tarkista radion toiminta painamalla radiopainiketta, kun olet kytkenyt herätyksen pois käytöstä. Jos radio ei toimi, ota yhteys Philipsin asiakaspalveluun.
Miksi radio (vain malleissa HF3462, HF3461) ei toimi?	Radiotoiminnossa on luultavasti vikaa. Ota yhteys Philipsin asiakaspalveluun.
	Kytke ulkoinen antenni, jos et ole jo kytkenyt sitä. Katso Radio kohdasta Käyttö.

Kysymys	Vastaus
Miksi radio (vain malleissa HF3462, HF3461) rätisee?	Lähetyssignaali saattaa olla heikko. Etsi oikea signaali (katso kohta Käyttö).
Herätys toimi eilen. Miksi se ei toiminut tänään?	Olet saattanut kytkeä herätystoiminnon pois käytöstä painamalla herätyspainiketta. Aseta herätys seuraavaksi päiväksi ja kytke seuraavana päivänä herätysääni ja -valo pois käytöstä painamalla ⏻-painiketta (katso kohta Käyttö).
	Olet saattanut asettaa äänen ja/tai valon liian alhaiselle tasolle. Aseta äänen ja/tai valon taso korkeammaksi.
	On saattanut sattua niin pitkä sähkökatkos, että varmistusjärjestelmä on lakannut toimimasta. Pitkän sähkökatkoksen jälkeen näytössä näkyy väärä kellonaika ja herätysaika on 00.00. Aseta oikea kellonaika (katso kohta Käyttöönotto) ja herätysaika (katso kohta Käyttö).
Miksi valo herättää minut liian aikaisin / liian myöhään?	Valitsemasi valoteho ei ehkä ole sinulle sopiva. Kokeile alhaisempaa valotehoa, jos heräät liian aikaisin, tai korkeampaa valotehoa, jos heräät liian myöhään. Useimmille käyttäjille oikea valotehon taso on 9 - 20 (HF3451) tai 7 - 15 (HF3462, HF3461).
	Saatoit herätä liian myöhään siksi, että laite on päätäsi matalammalla tasolla. Varmista, että laite on tarpeeksi korkealla, jotta sänky, peitto tai tyyny ei ole valon tiellä.
Miksi lisäaikapainike ei toimi?	Lisäaikatoimintoa voi käyttää vain 15 minuutin kuluessa herätyksen alkamisesta. 15 minuutin kuluttua painike ei enää toimi lisäaikapainikkeena, vaan pelkästään näytön kirkkauden säätö -painikkeena.

Innledning

Dette apparatet gjør at du følger deg bedre og mer energisk når du våkner. Det skaper en opplevelse av sommerdaggry som gjør det enklere å våkne og stå opp. Lysintensiteten øker sakte til valgt nivå i løpet av 30 minutter. Lyset reduserer nivået av søvnhormonet melatonin og øker produksjonen av kortisolhormonet som gjør at du føler deg mer energisk når du våkner. Du kan få apparatet til å vekke deg med kun lys eller med både lys og lyd. Apparatet kan også brukes som leselampe.

Lys og den biologiske klokken

Når du utsettes for lys, reguleres den biologiske klokken som kontrollerer kroppens døgnrytme. Melatoninnivået stiger på kvelden og forbereder kroppen på søvn og senker kroppstemperaturen. Lyset på morgenen stimulerer utsondring av hormonet kortisol som gjør oss våkne og oppmerksomme. Optimalt er døgnrytmen synkronisert med søvn-våken-rytmen. Forstyrret søvn og døgnrytme kan ha alvorlig innvirkning på helse, ytelse og produktivitet. Om høsten og vinteren når dagene er kortere og mørkere, opplever mange trøtthet og trenger mer søvn. Mangel på energi og problemer med å komme seg opp om morgenen er vanlige symptomer på vintertrøtthet. Andre symptomer kan være uventede humørsvingninger, konsentrasjonsvansker og et sug etter mat som er rik på fetende karbohydrater. Noen kan til og med utvikle alvorlig depresjon (værsyke eller SAD), som forsvinner når våren kommer.

Virkninger av daggrysimulering

Hypersomnia er forbundet med en faseforsinkelse i døgnrytmen. Philips Wake-up Light regulerer døgnrytmen i løpet av den siste halvtimen med søvn. I de tidlige morgentimene er øynene våre mer følsomme for lys enn når vi er våkne. I løpet av den perioden er det relativt lave lysnivået til en simulert naturlig soloppgang nok til å fasefremskynde den biologiske klokken, undertrykke melatoninproduksjonen og øke kortisolnivået før du våkner. Kliniske studier har vist at jevnlig bruk av daggrysimulator kan fjerne selv de alvorligste symptomene på vintertrøtthet. De som bruker Wake-up Light, våkner lettere og føler seg mer energiske. Generelt er humøret, produktiviteten og konsentrasjonsevnen forbedret. Med Philips Wake-up Light kan du angi lysnivået som tilsvarer din lysfølsomhet, for å få optimal daggrysimulering.
Du finner mer informasjon om helsefordelene på www.philips.com, søkeord "Wake-up Light".

Generell beskrivelse (fig. 1)

A Sokkel
B Kanaler
C Lampekabinett
D Øverste kontrollpanel
1 Knappen SNOOZE (slumre) / SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen)
2 ☀ -knapp (lys av/på)
3 ⏻ -knapp (lys og lyd av/på)
4 🔇 -knapp (lyd av)
E 100 W-lampe (HF3462, HF3461) eller 75 W-lampe (HF3451)
F Utskiftingsluke for lampe
G Nederste kontrollpanel
1 ☀ -hjul (vri for å angi lysintensitet)
2 ALARM-knapp
3 RADIO-knapp (kun HF3462, HF3461)
4 QUICK CHECK-knapp (rask kontroll)
5 🔊 -hjul (vri for å angi volum)
H Displayet
1 ▲ -knapp

2 Tidsindikator
3 ⏲ -knapp (for å angi klokketid)
4 ⏲ -knapp (for å angi alarmtid)
5 Symbol for lyd av naturlig dam (kun HF3462, HF3461)
6 Symbol for lyd av naturlig hav (kun HF3462, HF3461)
7 Symbol for lyd av naturlig skog
8 Symbol for forsiktig pip
9 Radiosymbol (kun HF3462, HF3461)
10 ▼ -knapp
11 Indikator for radiofrekvens (kun HF3462, HF3461)
12 Indikator for lysnivå (synlig når lysnivå er tilpasset)
13 Indikator for alarmtid
14 Indikator for lydnivå (synlig når lydnivå er tilpasset)
⏻ Tilbakestillingsknapp

Merk: HF3462/30, HF3462/20 og HF3462/10 er teknisk sett lik, den eneste forskjellen er fargen. De tre funksjonene vil derfor kalles HF3462 i resten av brukerveiledningen.

Viktig

- Les denne brukerveiledningen nøye før du bruker apparatet, og ta vare på den for senere referanse (fig. 2).
- Dette apparatet er dobbeltisolert i samsvar med klasse II (fig. 3).
- Dette apparatet overholder kravene til direktivet for medisinsk utstyr (MDD-direktivet) MDD93/42/EØF.
- Før du kobler til apparatet, må du kontrollere at spenningen som er angitt på apparatet, stemmer overens med nettspenningen.
- Apparatet passer til nettspenninger på 230 V.
- Hvis ledningen er ødelagt, må den alltid skiftes ut av Philips, et servicesenter som er godkjent av Philips, eller lignende kvalifisert personell, slik at farlige situasjoner unngås.
- Ikke utsett apparatet for kraftige støt.
- Vann og elektrisitet er en farlig kombinasjon. Ikke bruk apparatet i fuktige omgivelser (f.eks. i baderom eller i nærheten av en dusj eller et svømmebasseng).
- Ikke la det komme vann inn i apparatet eller søl vann på apparatet.
- Dette apparatet er ikke tiltenkt bruk av personer (inkludert barn) som har nedsatt sanseevne eller fysisk eller psykisk funksjonsevne, eller personer som ikke har erfaring eller kunnskap, unntatt hvis de får tilsyn eller instruksjoner om bruk av apparatet av en person som er ansvarlig for sikkerheten.
- Pass på at barn er under tilsyn, slik at de ikke leker med apparatet.
- Plasser apparatet på en stabil, jevn overflate og kontroller at det er minst 15 cm klaring rundt det og 40 cm over det for å forhindre overoppheting (fig. 4).
- Apparatet må ikke brukes ved romtemperaturer under 10 °C eller over 35 °C.
- Sørg for at ventilene på sokkelen og øverst på apparatet er åpne under bruk.
- Fjern regelmessig støv fra innsiden av apparatet med en tørr klut. Hvis det samler seg støv nær en kraftig pære, utgjør det en stor brannfare. Se avsnittet Rengjøring og vedlikehold hvis du vil ha mer informasjon.
- Apparatet har automatisk beskyttelse mot overoppheting. Hvis apparatet ikke får nok kjøling (f.eks. fordi ventilene er tildekket), slås apparatet automatisk av. Fjern årsaken til overopphetingen, koble fra apparatet og la det avkjøles i cirka 20 minutter. Slå deretter apparatet på igjen ved å koble det til.
- La apparatet avkjøles i ca. 15 minutter før du rengjør det eller setter det bort.
- Bruk aldri apparatet når lampekabinettet er skadet, ødelagt eller mangler.
- Vi anbefaler at du angir lysintensiteten for vekking til en innstilling mellom 9 og 20 (for HF3451 med 75 W-lampe) eller mellom 7 og 15 (for HF3462, HF3461 med 100 W-lampe).

Disse innstillingene tilsvarer lysintensitetsnivåer på 100 til 300 lux. Riktig innstilling avhenger av lyssensitiviteten din, og du må avgjøre det selv. Det er mulig å velge en høyere eller lavere innstilling. Se avsnittet Bruke apparatet for mer informasjon. Hvis lysnivå 20 på HF3451 ikke er høyt nok, anbefaler vi at du flytter apparatet nærmere sengen.

- Hvis du våkner for tidlig eller med hodepine, reduserer du lysnivået.
- Hvis du deler soverom med noen andre, kan det hende at denne personen våkner opp på grunn av lyset fra apparatet, selv om denne personen ligger lenger unna apparatet. Dette skyldes at dere har forskjellig lyssensitivitet.
- Hvis du begynner å få problemer med å våkne igjen, kan dette skyldes at lampen lyser dårligere, og det skjer etter en stund. I dette tilfellet kan du øke lysnivået eller bytte ut lampen.
- Snakk med legen din før du begynner å bruke Philips Wake-up Light hvis du har hatt eller lider av alvorlig depresjon.
- Ikke bruk dette apparatet som et middel for å redusere antall søvntimer. Formålet med apparatet er å gjøre det enklere for deg å våkne. Det minsker ikke søvnbehovet.
- Bytt alltid ut lampen med en Philips 75 W E27 SOFTONE hvit 230 V T55- (HF3451) eller en Philips 100 W E27 SOFTONE hvit 230 V T55-lampe (HF3462, HF3461).
- Apparatet har ingen av/på-bryter. For å koble apparatet fra strømnettet tar du ut støpselet fra stikkontakten.
- Hvis apparatet brukes i et industriområde og/eller i nærheten av et kraftverk, kan det under spesielle forhold hende at lampen slår seg av etter at den har slått seg på. Dette har ingen negativ eller skadende virkning på sikker bruk av apparatet neste gang det brukes.

Elektromagnetiske felt (EMF)

Dette Philips-apparatet overholder alle standarder som gjelder for elektromagnetiske felt (EMF). Hvis det håndteres riktig og i samsvar med instruksjonene i denne brukerveiledningen, er det trygt å bruke det ut fra den kunnskapen vi har per dags dato.

Før bruk

Installasjon

1. Før du bruker apparatet for første gang, må du åpne luken bak på apparatet (se avsnittet Utskifting) og skru pæren fast i holderen.
2. Plasser apparatet 40–50 cm fra hodet ditt, for eksempel på nattbordet (fig. 5).
3. Sett støpselet inn i stikkontakten.
   - Tiden på skjermen begynner å blinke og piler over og under tiden angir at klokketiden har blitt stilt inn (fig. 6).

Merk: Hvis displayet ikke lyser når du har satt støpselet i stikkontakten, trykker du på tilbakestillingsknappen på undersiden av apparatet.

Stille inn klokketid

1. Bruk knappene ▼ og ▲ til å stille inn tiden.
2. Hold knappen nede lenger for å få tiden til å gå raskere fremover eller bakover.

Merk: Når du har stilt inn tiden første gang, må du trykke på knappen "set time" (still inn tid) før du kan justere tiden igjen. Tiden på skjermen begynner å blinke og piler over og under tiden viser at klokketiden er stilt inn.

3. Når du har stilt inn riktig tid, trykker du på knappen "set time" (still inn tid) for å bekrefte tiden (fig. 7).
   - Tiden på skjermen slutter å blinke og pilene forsvinner.

Merk: Hvis du ikke bekrefter tiden, slutter det å blinke og pilene forsvinner etter 10 sekunder. Dette angir at tiden har blitt stilt inn.
Apparatet er nå klart til bruk.

Bruke apparatet

Stille inn alarmen

Når du stiller inn alarmen, velger du lysintensitetsnivå, type lyd og lydnivå. Alarmen er stilt inn når lysringen rundt ALARM-knappen lyser. Lysintensiteten øker sakte til valgt nivå i løpet av de siste 30 minuttene før alarmtiden som er stilt inn. Lyden øker sakte i løpet av 90 sekunder til valgt nivå etter alarmtiden som er stilt inn.

Stille inn alarmtid

1 Trykk på alarmtidknappen ( ) for å stille inn alarmen. (fig. 8)
- Alarmtiden begynner å blinke og to piler vises over og under alarmtiden (fig. 9).

2 Bruk knappene ▲ og ▼ til å stille inn alarmtid, altså tiden du ønsker å stå opp. (fig. 10)

3 Hold knappen nede lenger for å få tiden til å gå raskere fremover eller bakover.

4 Trykk på alarmtidknappen ( ) en gang til for å bekrefte alarmtiden. (fig. 8)
- Pilene forsvinner og alarmtiden slutter å blinke.

Merk: Hvis du ikke bekrefter alarmtiden, slutter det å blinke etter 10 sekunder. Dette betyr at alarmtiden er stilt inn.

Stille inn lyd og lydnivå

1 Trykk på ALARM-knappen (fig. 11).
- Lysringen rundt ALARM-knappen begynner å lyse (fig. 12).
- Det første lydsymbolet (radiosymbol for HF3462, HF3461 og symbol for forsiktig pip for HF3451) begynner å blinke i tre sekunder og du hører lyden.

2 Trykk på ALARM-knappen en gang til hvis du vil velge en annen vekkelyd. Når du har funnet lyden du vil bruke, trykker du ikke på ALARM-knappen en gang til (fig. 11).
- Etter 3 sekunder slutter symbolet for lyden som ble valgt, å blinke for å angi at den har blitt valgt.
- Alarmen har blitt stilt inn og fortsetter å være på til du slår av alarmfunksjonen. Når du gjør dette, forsvinner lydsymbolet fra skjermen og lysringen rundt ALARM-knappen slukker. Se også delen Slå av eller på alarmen.

3 Vri på volumkontrollhjulet for å stille inn lydnivået. (fig. 13)
- vises på skjermen. (fig. 14)

4 Hvis du ikke ønsker lyd ved vekkingen, velger du nivå 0.

Stille inn lydintensitetsnivå

1 Bruk lysjusteringshjulet ☼ til å stille inn lysintensitetsnivå. (fig. 15)
- ☼ vises på skjermen.

Tips: Vi anbefaler en lysintensitet mellom 9 og 20 (for HF3451 med 75 W-lampe) eller mellom 7 og 15 (for HF3462, HF3461 med 100 W-lampe) for alarmfunksjonen. Still inn lysintensitet etter eget ønske ved å prøve ut alarmfunksjonen på forskjellige lysintensitetsnivåer.

2 Hvis du ikke vil at lyset skal slå seg på ved vekking, velger du lysintensitetsnivå 0.

Rask alarmkontroll

1 Trykk på QUICK CHECK-knappen (rask kontroll) for å starte en økende vekkealarmtest (fig. 16).
- Lysringen rundt QUICK CHECK-knappen (rask kontroll) lyser (fig. 17).
- I løpet av de første 50 sekundene av testen ser du en rask økning av lysintensiteten til valgte nivå. I løpet av de siste 40 sekundene hører du at den valgte lyden gradvis øker til det valgte nivået.

2 Trykk på QUICK CHECK-knappen (rask kontroll) en gang til for å stanse testen (fig. 16).
- Lysringen rundt QUICK CHECK-knappen (rask kontroll) slukkes.

Merk: Apparatet fortsetter å kjøre den økende vekkealarmtesten til du trykker på QUICK CHECK-knappen (rask kontroll).

Slå alarmen på eller av

Lysringen rundt ALARM-knappen lyser når alarmen er på. Til angitt tid spilles vekkelyden og lampen har nådd valgt lysintensitetsnivå.

1 Trykk på ⏻-knappen for å slå av lyset og vekkelyden. (fig. 18)
- Lysringen rundt ALARM-knappen fortsetter å lyse. Alarmfunksjonen er fremdeles aktiv og vekkealarmen starter til angitt tid og med angitt lyd- og lysintensitet neste dag (fig. 12).

2 Trykk på 🔕-knappen hvis du vil slå av lyden når alarmen går. (fig. 19)

3 Trykk på ☀☀-knappen hvis du vil slå av lampen når alarmen går. (fig. 20)

4 Hvis du vil slå av hele alarmfunksjonen, trykker du på ALARM-knappen en eller flere ganger til det ikke er noe lydsymbol på skjermen og lysringen rundt ALARM-knappen slukkes.

Slumring

1 Trykk på knappen SNOOZE (slumre) / SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen) for å slå av lyden i 9 minutter når alarmen har stanset (fig. 21).
Lampen fortsetter å lyse på valgt intensitetsnivå. Etter 9 minutter spilles vekkelyden automatisk igjen.

2 Trykk lenger på knappen SNOOZE (slumre) / SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen) for å dempe lyset.

Merk: Du kan bare gjøre dette én gang. Når du slipper knappen, fungerer den som knappen SCREEN BRIGHTNESS CONTROL igjen.

Merk: Du kan bare bruke slumrefunksjonen innen 15 minutter etter at alarmen har startet. Etter de 15 minuttene fungerer ikke lenger knappen som SNOOZE-knapp (slumre), men bare som knappen SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen).

Justere lysintensiteten i løpet av vekkefasen.

1 Vri på lysjusteringshjulet ☀ for å velge høyere eller lavere lysintensitet. (fig. 15)
Lampen lyser med valgt intensitet under resten av vekkefasen.

Justere lysstyrken på skjermen

1 Trykk på knappen SNOOZE (slumre) / SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen) for å justere lysstyrken på skjermen (fig. 21).
Trykk på knappen en gang til for å stille inn lysstyrken til et annet nivå. Det er tre nivåer.

Merk: Denne knappen kan ikke brukes til å vise lysstyrke når alarmen starter og ved slumring.

⏻ -knapp

1 Når alarmen starter på angitt vekketidspunkt, trykker du på ⏻-knappen for å slå av lys og lyd til vekkealarmen.

Merk: Alarmfunksjonen forblir aktiv og lyset rundt alarmknappen fortsetter å lyse.

2 Når du har slått på leselampen og/eller radioen, trykker du på ⏻-knappen for å slå av leselampen og/eller radioen.

Når du trykker på ⏻-knappen en gang til, slås bare lyset på.

Merk: Når alarmfunksjonen er aktiv, påvirker det ikke alarminnstillingene om du trykker på ⏻-knappen.

Leselampe

1 Trykk på ☀☀-knappen for å slå lampen av eller på. (fig. 20)

2 Vri lysjusteringshjulet ☀ opp eller ned for å øke eller senke lysintensitetsnivået. (fig. 15)

◗ Indikatoren for lysnivå på skjermen ☀ viser lysintensitetsnivået (00 til 20). (fig. 22)

Tips: Vi anbefaler at du stiller inn lysintensiteten på 20 (maksimumsnivå) når du skal lese. Hvis dette lysnivået ikke er sterkt nok, bruker du en ekstra lampe.

Ikke glem å stille lysintensitetsnivået tilbake til vekkenivå.

Radio (kun HF3462, HF3461)

1 Trykk på RADIO-knappen for å slå på radioen (fig. 23).

◗ Lysringen rundt knappen begynner å lyse (fig. 24).

2 Bruk knappene ▲ og ▼ til å velge frekvensen på favorittstasjonen din. (fig. 25)

Du kan velge FM-stasjoner.

3 Du kan bruke den eksterne antennen for bedre mottak. Sett inn den eksterne antennen i antennekontakten ved siden av symbolet ᛉ bak på apparatet.

4 Trykk på RADIO-knappen for å slå av radioen (fig. 23).

Strømbrudd

For å sørge for at alarmen går på riktig tid etter et kort strømbrudd, har apparatet et reservesystem. Dette systemet har et selvladende batteri som ikke må byttes ut. Systemet husker tiden i noen få minutter.

◗ Hvis strømmen har vært borte lenge, viser displayet feil klokkeslett, og alarmtiden er 00.00. Still inn riktig klokkeslett (se avsnittet Før bruk) og riktig alarmtid (se avsnittet Bruke apparatet) (fig. 6).

Tilbakestille

1 Hvis apparatet ikke svarer tilfredsstillende, tar du støpselet ut av stikkontakten og setter det deretter inn på nytt. Hvis det ikke hjelper, trykker du på tilbakestillingsknappen nederst på apparatet for å tilbakestille displayet til fabrikkinnstillingene (fig. 26).

Rengjøring og vedlikehold

Trekk alltid ut støpslet og la apparatet kjøles ned i omtrent 15 minutter før rengjøring.

Bruk aldri skurebørster, skuremidler eller væsker som bensin eller aceton, til å rengjøre apparatet.

Fjern regelmessig støv fra innsiden av apparatet med en tørr klut. Hvis det samler seg støv nær en kraftig pære, utgjør det en stor brannfare.

1 Rengjør utsiden av apparatet med en fuktig klut.

2 Rengjør innsiden av apparatet med en tørr klut.
- Åpne utskiftingsluken for lampen ved å først dytte rillen nederst innover og deretter oppover med litt kraft (fig. 27).
- Vipp utskiftingssluken for lampen utover så langt som mulig (fig. 28).
- Ikke la det komme vann inn i apparatet eller søl vann på apparatet (fig. 29).

Utskifting

Apparatet inneholder ingen utskiftbare deler unntatt lampen.
Lampen må byttes ut når den slutter å lyse eller når den lyser dårligere (se også avsnittet Viktig). Du må bytte ut lampen med en Philips 75 W E27 SOFTONE hvit 230 V T55-lampe (HF3451) eller en Philips 100 W E27 SOFTONE hvit 230 V T55-lampe (HF3462, HF3461). Kun denne lampen gir riktig lysintensitet.

Bytte ut lampen

1 Koble fra apparatet.

2 La apparatet avkjøles i cirka 15 minutter.

3 Åpne utskiftingsluken for lampen ved å først dytte rillen nederst innover og deretter oppover med litt kraft (fig. 27).

4 Vipp utskiftingssluken for lampen utover så langt som mulig (fig. 28).

5 Ta ut den gamle lampen fra lampeholderen (fig. 30).

6 Skru inn en ny lampe i lampeholderen.

Miljø

- Ikke kast apparatet som restavfall når det ikke kan brukes lenger. Lever det inn til en gjenvinningsstasjon. Ved å gjøre dette bidrar du til å ta vare på miljøet (fig. 31).

Garanti og service

Hvis du trenger service eller informasjon, eller hvis du har et problem med produktet, kan du gå til nettsidene til Philips på **www.philips.com**. Du kan også ta kontakt med kundetjenesten til Philips der du bor (du finner telefonnummeret i garantiheftet). Hvis det ikke finnes noen kundetjeneste i nærheten, kan du kontakte din lokale Philips-forhandler eller serviceavdelingen ved Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Begrensninger i garantien

Den internasjonale garantien dekker ikke lampen.

Spesifikasjoner

Modell	HF3451, HF3461 og HF3462
Nominell nettspenning	230 V
Nominell frekvens	50 Hz
Nominell inngang	75 W (HF3451) eller 100 W (HF3462, HF3461)
Klasse	II
Klassifisering	Ikke klassifisert

Modell	HF3451, HF3461 og HF3462	
Inntrenging av vann	IPX0	
Driftsforhold	Temperatur	fra +10 °C til +35 °C
	Relativ luftfuktighet	fra 30 % til 90 %
Oppbevaringsforhold	Temperatur	fra -20 °C til +50 °C
	Relativ luftfuktighet	fra 30 % til 90 % (ikke-kondenserende)

Kretsskjemaer, delelister og andre tekniske beskrivelser oppgis ved etterspørsel.
Ta forholdsregler for å hindre elektromagnetiske forstyrrelser eller andre typer forstyrrelser mellom apparatet og andre apparater.

Vanlige spørsmål

Spørsmål	Svar
Hvorfor virker ikke apparatet?	Kanskje du ikke har satt støpselet riktig inn i stikkontakten. Sett støpselet riktig inn i stikkontakten.
	Kanskje det er strømbrudd. Kontroller strømtilførselen ved å koble til et annet apparat.
	Ledningen kan være skadet. Hvis ledningen er skadet, må den byttes av Philips, et Philips-godkjent servicesenter eller andre kvalifiserte personer for å unngå fare.
	Kanskje apparatet ble overopphetet og overopphetingsbeskyttelsen slo av apparatet. Fjern årsaken til overopphetingen (f.eks. et håndkle som blokkerer en eller flere ventiler) og koble fra apparatet. Vent i cirka 20 minutter før du setter støpselet tilbake i stikkontakten.
Hvorfor blir apparatet varmt ved bruk?	Dette er normalt fordi apparatet varmes opp av varmen fra lampen.
Apparatet svarer ikke når jeg prøver å stille inn forskjellige funksjoner. Hva bør jeg gjøre?	Trykk på Reset-knappen (tilbakestill) nederst på apparatet eller ta ut støpselet fra stikkontakten og sett det inn igjen. Apparatet tilbakestilles da til standard fabrikkinnstilling.
Hvorfor kommer ikke lyset på når alarmen går?	Kanskje du har stilt inn lysnivået på for lavt.
	Kanskje du slo av alarmfunksjonen ved å trykke på ALARM-knappen.
	Kanskje lampen er defekt. Skift lampen (se avsnittet Utskifting).
Hvorfor kan jeg ikke slå på lampen igjen rett etter at jeg har slått den av?	Du må vente 3 sekunder for at lampen skal dempe lyset. I løpet av denne tiden fungerer ikke ⏻-knappen.
Hvorfor hører jeg ingen lyd når alarmen går?	Kanskje du stilte inn lydnivået for lavt. Vri volumkontrollen til et høyere lydnivå.
	Kanskje du slo av alarmfunksjonen ved å trykke på ALARM-knappen.

Spørsmål	Svar
	Hvis du valgte radioen som alarmlyd (kun HF3462, HF3461), kan radioen være defekt. Trykk på radioknappen etter at du slår av alarmen for å kontrollere om radioen virker. Hvis den ikke virker, kontakter du nærmeste kundetjeneste for Philips.
Hvorfor virker ikke radioen (kun HF3462, HF3461)?	Radiofunksjonen er antakelig defekt. Kontakt nærmeste kundetjeneste for Philips.
	Koble til den eksterne antennen hvis du enda ikke har koblet den til. Se delen Radio i avsnittet Bruke apparatet.
Hvorfor lager radioen (kun HF3462, HF3461) en sprakelyd?	Kanskje kringkastingssignalet er svakt. Søk etter riktig signal (se avsnittet Bruke apparatet).
Alarmen gikk av i går. Hvorfor gikk den ikke av i dag?	Kanskje du slo av alarmfunksjonen ved å trykke på ALARM-knappen. Still inn alarmen for neste dag og slå av vekkealarmlyden og -lyset neste dag ved å trykke på ⏻-knappen (se avsnittet Bruke apparatet).
	Kanskje du stilte inn lyd- og/eller lysnivået på en for lav innstilling. Still inn et høyere lyd- og/eller lysnivå.
	Kanskje strømmen har vært borte lenger enn kapasiteten på reservesystemet. Etter lange strømbrudd viser displayet feil klokkeslett, og alarmtiden er 00.00. Still inn riktig klokkeslett (se avsnittet Før bruk) og riktig alarmtid (se avsnittet Bruke apparatet).
Hvorfor vekker lyset meg for tidlig/for sent?	Kanskje lysnivået du har stilt inn, ikke er riktig for deg. Prøv et lavere lysnivå hvis du våkner for tidlig eller et høyere lysnivå hvis du våkner for sent. For de fleste er lyset effektivt på innstillingene 9–20 (HF3451) eller 7–15 (HF3462, HF3461).
	Kanskje du våknet for sent fordi apparatet er plassert lavere enn hodet ditt. Forsikre deg om at apparatet plasseres i en slik høyde at lyset ikke blokkeres av sengen, dynen eller puten.
Hvorfor fungerer ikke SNOOZE-knappen (slumre)?	Du kan bare bruke slumrefunksjonen innen 15 minutter etter at alarmen har startet. Etter de 15 minuttene fungerer ikke lenger knappen som SNOOZE-knapp (slumre), men bare som knappen SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (kontroll for lysstyrke på skjermen).

Introdução

Este aparelho ajuda-o a acordar sentindo-se mais em forma e com mais energia. Cria uma experiência semelhante à aurora de Verão, facilitando o despertar e o levantar. Durante 30 minutos, a intensidade da luz aumenta lentamente para o nível escolhido. A luz reduz o nível da hormona do sono, a melatonina, e aumenta a produção da hormona cortisol que faz com que se sinta mais energia ao acordar. Pode programar o aparelho para o acordar apenas com a luz ou com luz e som. O aparelho também pode ser utilizado como luz de leitura.

A luz e o relógio biológico

A exposição à luz regula o relógio biológico que controla os ritmos circadianos do corpo. O nível de melatonina aumenta ao anoitecer, preparando o nosso corpo para o sono e diminuindo a temperatura corporal. A luz da manhã estimula a secreção da hormona cortisol, que nos faz acordar e despertar. Idealmente, os ritmos circadianos estão sincronizados com o nosso ritmo de sono-despertar. A perturbação do sono e dos ritmos circadianos pode ter um sério impacto na nossa saúde, desempenho e produtividade. No Outono e no Inverno, quando os dias são mais curtos e escuros, muitas pessoas sofrem de cansaço e precisam de mais horas de sono. Falta de energia e dificuldade em se levantar de manhã são sintomas comuns das depressões de Inverno. Outros sintomas podem ser mudanças inesperadas de humor, problemas de concentração e um desejo por alimentos ricos em hidratos de carbono e calorias. Algumas pessoas podem mesmo desenvolver uma depressão grave (depressão sazonal), que desaparece quando chega a Primavera.

Os efeitos da simulação da aurora

A sonolência está associada a um desfasamento do ritmo circadiano. A Luz Despertadora da Philips regula o ritmo circadiano durante a última meia hora do sono. Nas primeiras horas da manhã, os nossos olhos são mais sensíveis à luz do que quando estamos acordados. Durante esse período, os níveis relativamente baixos de um nascer do sol natural simulado são suficientes para fazer avançar o nosso relógio biológico, suprimir a produção de melatonina e elevar o nível de cortisol ao acordar. Estudos clínicos demonstram que a utilização regular de um simulador de aurora pode aliviar mesmo os sintomas mais fortes de depressão de Inverno. As pessoas que utilizam a Luz Despertadora acordam mais facilmente e sentem-se com mais energia. De um modo geral, o seu humor, produtividade e capacidade de concentração melhoram. Com a Luz Despertadora Philips, pode definir o nível de luz adequado à sua sensibilidade à luz e, assim, obter uma simulação perfeita da aurora.
Para mais informações sobre os benefícios para a saúde, consulte o site www.philips.pt, procure a palavra "Luz Despertadora".

Descrição geral (fig. 1)

A Base
B Orifícios de ventilação
C Compartimento da lâmpada
D Painel de controlo superior
1 Botão SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (Controlo de Snooze/luminosidade do ecrã)
2 ☼ botão (ligar/desligar luz)
3 ⏻ botão (ligar/desligar luz e som)
4 🔇 botão (desligar som)
E Lâmpada de 100 W (HF3462, HF3461) ou lâmpada de 75 W (HF3451)
F Janela de substituição da lâmpada
G Painel de controlo inferior
1 ☼ roda (rode para regular a intensidade da luz)
2 Botão ALARM (Alarme)
3 Botão RADIO (apenas nos modelos HF3462, HF3461)

4 Botão QUICK CHECK (Verificação rápida)
5 roda (rode para regular o volume)
H Secção do visor
1 ▲ botão
2 Indicação da hora
3 botão (para acertar a hora do relógio)
4 botão (para acertar a hora do alarme)
5 Símbolo do som de lago natural (apenas nos modelos HF3462, HF3461)
6 Símbolo do som de mar natural (apenas nos modelos HF3462, HF3461)
7 Símbolo do som de floresta natural
8 Símbolo de bip suave
9 Símbolo do rádio (apenas nos modelos HF3462, HF3461)
10 ▼ botão
11 Indicação da frequência de rádio (apenas nos modelos HF3462, HF3461)
12 Indicação do nível de luz (visível quando o nível de luz é ajustado)
13 Indicação da hora do alarme
14 Indicação do nível de som (visível quando o nível de som é ajustado)
I Botão de reinício

Nota: Os modelos HF3462/30, HF3462/20 e HF3462/10 possuem as mesmas especificações técnicas, diferindo apenas na cor. Sendo assim, no resto do manual do utilizador, as três versões serão identificadas como HF3462.

Importante

- Leia este manual do utilizador com atenção, antes de utilizar o aparelho e guarde-o para uma eventual consulta futura (fig. 2).
- Este aparelho possui isolamento duplo em conformidade com a Classe II (fig. 3).
- Este aparelho cumpre os requisitos da Directiva Europeia relativa aos Dispositivos Médicos - Decreto Lei Português no. 30/2003 de 14/02.
- Verifique se a voltagem indicada no aparelho corresponde à voltagem eléctrica local antes de ligar o aparelho.
- O aparelho adequa-se a voltagens de 230 V.
- Se o fio estiver danificado, deve ser sempre substituído pela Philips, por um centro de assistência autorizado pela Philips ou por pessoal devidamente qualificado para se evitarem situações de perigo.
- Não sujeite o aparelho a choques violentos.
- A água e a electricidade formam uma combinação perigosa. Não utilize este aparelho em ambientes húmidos (p. ex. numa casa de banho ou perto de chuveiros ou piscinas).
- Não deixe entrar água no aparelho, nem derrame água sobre o mesmo.
- Este aparelho não deve ser utilizado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou com falta de experiência e conhecimento, a não ser que lhes tenha sido dada supervisão ou instruções relativas à utilização do aparelho por uma pessoa responsável pela sua segurança.
- As crianças devem ser vigiadas para assegurar que não brincam com o aparelho.
- Coloque o aparelho sobre uma superfície estável e plana; certifique-se de que deixa um intervalo de, pelo menos, 15 cm à volta do aparelho e 40 cm sobre o mesmo para evitar o aquecimento excessivo (fig. 4).
- Não utilize o aparelho a temperaturas ambiente inferiores a 10°C ou superiores a 35°C.
- Certifique-se de que os orifícios de ventilação na base e na parte superior do aparelho permanecem abertos durante a utilização.
- Limpe regularmente o pó do interior do aparelho com um pano seco, pois o pó acumulado junto de uma lâmpada potente representa um potencial risco de incêndio. Consulte o capítulo 'Limpeza e manutenção' para obter mais detalhes.

- O aparelho está equipado com protecção automática contra o aquecimento excessivo. Se o aparelho não arrefecer o suficiente (p. ex., porque os orifícios de ventilação estão cobertos), o aparelho desliga-se automaticamente. Retire a causa do aquecimento excessivo, desligue o aparelho da tomada e deixe-o arrefecer durante cerca de 20 minutos. Depois ligue-o novamente à corrente.
- Deixe o aparelho arrefecer durante aproximadamente 15 minutos antes de o limpar ou guardar.
- Nunca utilize o aparelho quando a estrutura da lâmpada estiver danificada, partida ou em falta.
- Recomendamos a regulação da intensidade da luz para acordar a um nível entre 9 e 20 (para o modelo HF3451 com uma lâmpada de 75 W) ou entre 7 e 15 (para os modelos HF3462 e HF3461 com uma lâmpada de 100 W). Estes níveis correspondem a intensidades de luz de 100 a 300 lux. O nível correcto depende da sua sensibilidade à luz e terá de ser determinado por si. É possível seleccionar um nível mais alto ou mais baixo. Consulte o capítulo 'Utilização do aparelho' para mais detalhes. Se o nível de luz 20 do HF3451 não for suficientemente alto, sugerimos que aproxime o aparelho da cama.
- Se acordar demasiado cedo ou com dor de cabeça, reduza o nível da luz.
- Se partilhar um quarto com outra pessoa, essa pessoa poderá acordar inadvertidamente com a luz do aparelho, mesmo que esteja mais longe do aparelho. Este fenómeno resulta de diferenças na sensibilidade à luz entre as pessoas.
- Se voltar a ter dificuldade em acordar, tal pode ocorrer devido a uma diminuição na potência da luz da lâmpada, fenómeno após algum tempo de funcionamento. Neste caso, pode aumentar o nível de luz ou substituir a lâmpada.
- Consulte o seu médico antes de começar a utilizar a Luz Despertadora Philips se sofreu ou sofre de uma depressão grave.
- Não utilize este aparelho como forma de reduzir as suas horas de sono. O objectivo do aparelho é ajudá-lo a acordar com mais facilidade. Não diminui a sua necessidade de sono.
- Substitua sempre a lâmpada por uma lâmpada Philips 75 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3451) ou Philips 100 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3462, HF3461).
- O aparelho não possui botão de ligar/desligar. Para desligar o aparelho da corrente, retire a ficha da tomada eléctrica.
- Se o aparelho for utilizado numa área industrial e/ou próximo de uma central eléctrica, pode acontecer que, em determinada circunstâncias, a lâmpada se apague depois de se acender. Isto não tem qualquer efeito adverso ou nocivo no funcionamento seguro do aparelho quando da seguinte utilização.

Campos Electromagnéticos - EMF (Electro Magnetic Fields)

Este aparelho Philips cumpre todas as normas relacionadas com campos electromagnéticos (EMF). Se for manuseado correctamente e de acordo com as instruções presentes no manual do utilizador, o aparelho proporciona uma utilização segura, como demonstrado pelas provas científicas actualmente disponíveis.

Preparing for use

Instalação

1 Antes da primeira utilização, abra a tampa na parte de trás do aparelho (consulte o capítulo 'Substituição') e atarraxe a lâmpada no respectivo suporte.

2 Coloque o aparelho a 40-50 cm da sua cabeça, por exemplo, na mesa-de-cabeceira (fig. 5).

3 Ligue a ficha à tomada eléctrica.
- A hora do visor fica intermitente e a aparecem setas sobre e sob a hora indicando que o relógio tem de ser acertado (fig. 6).

Nota: Se o visor não acender após ter ligado o aparelho, prima o botão de reinício no fundo do aparelho.

Acerto do relógio

1 Utilize os botões ▼ e ▲ para acertar a hora.

2 Mantenha o botão premido por mais tempo para avançar ou recuar a hora mais rapidamente.

Nota: Depois de ter acertado a hora pela primeira vez, tem de premir o botão 'set time (acertar hora)' antes de acertar novamente a hora. A hora no visor fica intermitente e aparecem setas sobre e sob a hora indicando que a hora pode ser acertada.

3 Depois de ter acertado a hora, prima o botão 'set time (acertar hora)' para confirmar a hora (fig. 7).
◗ A hora no visor deixa de estar intermitente e as setas desaparecem.

Nota: Se não confirmar a hora, a intermitência pára e as setas desaparecem após 10 segundos. Isto indica que a hora foi acertada.
O aparelho está agora pronto para ser utilizado.

Utilização do aparelho

Acertar o alarme

Ao acertar o alarme, escolhe o nível de intensidade da luz, o tipo de som e o nível de som. O alarme é definido quando o anel de luz em redor do botão ALARM estiver aceso. A intensidade da luz aumenta lentamente para o nível escolhido durante os últimos 30 minutos antes da hora do alarme definida. Depois da hora do alarme definida, o som aumenta lentamente em 90 segundos até ao nível escolhido.

Acertar a hora do alarme

1 Prima o botão da hora do alarme (⏱) para definir o alarme. (fig. 8)
◗ A hora do alarme fica intermitente e duas setas aparecem sobre e sob a hora do alarme (fig. 9).

2 Utilize os botões ▲ e▼ para acertar a hora do alarme, ou seja, a hora a que pretende acordar. (fig. 10)

3 Prima o botão por mais tempo para avançar ou recuar a hora mais rapidamente.

4 Prima novamente o botão da hora do alarme (⏱) para confirmar a hora do alarme. (fig. 8)
◗ As setas desaparecem e a hora do alarme deixa de estar intermitente.

Nota: Se não confirmar a hora do alarme, a intermitência pára após 10 segundos. Isto significa que a hora do alarme foi acertada.

Definir o som e o nível do som

1 Prima o botão ALARM (fig. 11).
◗ O anel de luz em redor do botão ALARM fica intermitente (fig. 12).
◗ O primeiro símbolo de som (símbolo de rádio nos modelos HF3462 e HF3461 e símbolo de bip suave no modelo HF3451) fica intermitente durante 3 segundos e o som pode ser ouvido.

2 Prima novamente o botão ALARM se quiser seleccionar outro som de despertar. Quando tiver encontrado o som que pretende utilizar, não volte a premir o botão ALARM (fig. 11).
◗ Após 3 segundos, o símbolo do som seleccionado deixa de estar intermitente para indicar que foi seleccionado.

- O alarme foi definido e continua a funcionar até desligar a função do alarme. Ao fazê-lo, o símbolo do som desaparece do visor e o anel de luz em redor do botão ALARM apaga-se. Consulte a secção 'Ligar ou desligar o alarme'.

3 Rode a roda de controlo do volume para definir o nível de som. (fig. 13)
- O símbolo aparece no visor. (fig. 14)

4 Se não quiser som na hora de despertar, seleccione o nível 0.

Definir o nível de intensidade da luz

1 Utilize a roda de ajuste da luz para definir o nível de intensidade da luz. (fig. 15)
- O símbolo aparece no visor.

Sugestão: Aconselhamos uma intensidade de luz entre 9 e 20 (para o modelo HF3451 com lâmpada de 75 W) ou entre 7 e 15 (para os modelos HF3462 e HF3461 com lâmpada de 100 W) para a função de alarme. Defina a intensidade de luz de acordo com as suas preferências experimentando a função de alarme em diferentes níveis de intensidade de luz.

2 Se não desejar que a luz acenda à hora de despertar, seleccione o nível de intensidade de luz 0.

Verificação rápida do alarme

1 Prima o botão QUICK CHECK para iniciar um teste acelerado ao alarme de despertar (fig. 16).
- O anel de luz em redor do botão QUICK CHECK acende-se (fig. 17).
- Durante os primeiros 50 segundos do teste, assiste a um rápido aumento da intensidade da luz até ao nível seleccionado. Durante os últimos 40 segundos, ouve o som seleccionado aumentar gradualmente até ao nível seleccionado.

2 Prima novamente o botão QUICK CHECK para interromper o teste (fig. 16).
- O anel de luz em redor do botão QUICK CHECK apaga-se.

Nota: O aparelho continua a executar o teste acelerado ao alarme de despertar até premir o botão QUICK CHECK.

Ligar ou desligar o alarme

O anel de luz em redor do botão ALARM fica aceso quando o alarme está ligado. À hora definida, o som de despertar é reproduzido e a lâmpada atinge o nível de intensidade de luz seleccionado.

1 Prima o botão ⏻ para desligar a luz e o som de despertar. (fig. 18)
- O anel de luz em redor do botão ALARM continua aceso. A função de alarme ainda está activa e o alarme de despertar activa--se à hora programada no dia seguinte, com o som e intensidade de luz definidos (fig. 12).

2 Prima o botão se quiser desligar o som quando o alarme disparar. (fig. 19)

3 Prima o botão se quiser desligar a lâmpada quando o alarme disparar. (fig. 20)

4 Se quiser desligar a função de alarme por completo, prima o botão ALARM uma ou mais vezes até não ver o símbolo de som no visor e o anel de luz em redor do botão ALARM se apagar.

Snoozer

1 Prima o botão SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL para desligar o som durante 9 minutos quando o alarme dispara (fig. 21).

A lâmpada continua acesa no nível de intensidade seleccionado. Após 9 minutos, o som de despertar é automaticamente reproduzido outra vez.

2 Prima o botão SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL por mais tempo para diminuir a luz.

Nota: Apenas pode fazê-lo uma vez. Depois de soltar o botão, funciona novamente como o botão SCREEN BRIGHTNESS CONTROL (Controlo da luminosidade do visor).

Nota: Apenas pode utilizar a função snooze nos 15 minutos seguintes ao alarme ter disparado. Após esses 15 minutos, o botão deixa de funcionar como botão SNOOZE e apenas funciona como botão SCREEN BRIGHTNESS CONTROL.

Regular a intensidade de luz durante a fase de despertar

1 Rode a roda de ajuste da luz ☼ para seleccionar uma intensidade de luz superior ou inferior. (fig. 15)

A lâmpada acende na intensidade seleccionada durante o resto da fase de despertar.

Regular a luminosidade do visor

1 Prima o botão SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL para regular a luminosidade do visor (fig. 21).

Prima novamente o botão para definir a luminosidade noutro nível. Existem três níveis.

Nota: Este botão não pode ser utilizado para regular a luminosidade do visor quando o alarme dispara e durante o snooze.

⏻ botão

1 Quando o alarme dispara à hora de despertar definida, prima o botão ⏻ para desligar a luz e o som do alarme de despertar.

Nota: A função de alarme permanece activa e a luz em redor do botão de alarme continua acesa.

2 Depois de ter ligado a luz de leitura e/ou o rádio, prima o botão ⏻ para desligar a luz de leitura e/ou o rádio.

Quando premir o botão ⏻ novamente, apenas a luz se acende.

Nota: Quando a função de alarme está activa, premir o botão ⏻ não afecta as definições do alarme.

Luz de leitura

1 Prima o botão ☼☼ para ligar ou desligar a lâmpada. (fig. 20)

2 Rode a roda de ajuste da luz ☼ para cima ou para baixo para aumentar ou diminuir o nível de intensidade da luz. (fig. 15)

- A indicação do nível de luz no visor ☼ apresenta o nível de intensidade da luz (00 a 20). (fig. 22)

Sugestão: Aconselhamos a definir a intensidade da luz para 20 (nível máximo) durante a leitura. Se este nível de luz não for suficientemente forte, ligue outra lâmpada.

Não se esqueça de repor o nível de intensidade da luz para o nível de despertar!

Rádio (apenas nos modelos HF3462, HF3461)

1 Prima o botão RADIO para ligar o rádio (fig. 23).

- O anel de luz em redor do botão fica aceso (fig. 24).

2 Utilize os botões ▲ e ▼ para seleccionar a frequência da sua estação preferida. (fig. 25)

Pode escolher estações FM.

3 Pode utilizar a antena externa para uma melhor recepção. Introduza a antena externa na entrada da antena junto do símbolo ᛉ na parte de trás do aparelho.

4 Prima o botão RADIO para desligar o rádio (fig. 23).

Falha de energia

Para se certificar que o alarme dispara à hora definida após uma curta falha de energia, o aparelho possui um sistema de segurança. Este sistema dispõe de uma bateria de carga automática que não precisa de ser substituída. O sistema guarda a hora durante alguns minutos.

- Após uma prolongada falha de energia, o visor apresenta uma hora incorrecta e a hora do alarme é 00.00. Acerte a hora do relógio (consulte o capítulo 'Preparação') e a hora do alarme (consulte o capítulo 'Utilização do aparelho') (fig. 6).

Repor predefinições

1 Se o aparelho não responder bem, retire a ficha da tomada eléctrica e volte a introduzi-la. Se isto não ajudar, prima o botão de reinício na base do aparelho para repor as predefinições de fábrica do visor (fig. 26).

Limpeza e manutenção

Antes de começar a limpar o aparelho, desligue-o sempre da corrente e deixe-o arrefecer durante cerca de 15 minutos.

Nunca utilize esfregões, agentes de limpeza abrasivos ou líquidos agressivos, tais como petróleo ou acetona, para limpar o aparelho.

Limpe regularmente o pó do interior do aparelho com um pano seco, pois o pó acumulado junto de uma lâmpada potente representa um potencial risco de incêndio.

1 Limpe o exterior do aparelho com um pano húmido.

2 Limpe o interior do aparelho com um pano seco.

- Abra a janela de substituição da lâmpada, empurrando primeiro a aresta na parte inferior para dentro e depois para cima com alguma força (fig. 27).
- Incline a janela de substituição da lâmpada para fora, tanto quanto possível (fig. 28).
- Não deixe entrar água no aparelho, nem derrame água sobre o mesmo (fig. 29).

Substituição

À excepção da lâmpada, o aparelho não contém peças que possam ser reparadas.
A lâmpada tem de ser substituída quando se funde ou quando a luz produzida diminui (consulte também o capítulo 'Importante'). Deverá substituir a lâmpada por uma lâmpada Philips 75 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3451) ou Philips 100 W E27 SOFTONE softwhite 230 V T55 (HF3462, HF3461). Apenas esta lâmpada proporciona a intensidade de luz correcta.

Substituir a lâmpada

1 Desligue o aparelho da corrente.

2 Deixe o aparelho arrefecer durante aproximadamente 15 minutos.

3 Abra a janela de substituição da lâmpada, empurrando primeiro a aresta na parte inferior para dentro e depois para cima com alguma força (fig. 27).

4 Incline a janela de substituição da lâmpada para fora, tanto quanto possível (fig. 28).

5 Retire a lâmpada usada do suporte da lâmpada (fig. 30).

6 Aperte a nova lâmpada no suporte da lâmpada.

Ambiente

- Não deite fora o aparelho junto com o lixo doméstico normal no final da sua vida útil; entregue-o num ponto de recolha oficial para reciclagem. Ao fazê-lo, ajuda a preservar o ambiente (fig. 31).

Garantia e assistência

Se precisar de assistência ou informações ou se tiver algum problema, visite o site da Philips em **www.philips.pt** ou contacte o Centro de Atendimento ao Cliente Philips do seu país (encontrará o número de telefone no folheto da garantia mundial). Se não existir um Centro de Atendimento ao Cliente no seu país, dirija-se ao distribuidor Philips local ou contacte o Departamento de Assistência da Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Restrições à garantia

A garantia internacional não abrange a lâmpada.

Especificações

Modelo	HF3451, HF3461 e HF3462	
Voltagem	230 V	
Frequência	50 Hz	
Entrada	75 W (HF3451) ou 100 W (HF3462, HF3461)	
Classe	II	
Classificação	Sem classificação	
Entrada de água	IPX0	
Condições de funcionamento	Temperatura	de +10°C a +35°C
	Humidade relativa	de 30% a 90%
Condições de arrumação	Temperatura	de -20°C a +50°C
	Humidade relativa	de 30% a 90% (sem condensação)

Diagramas de circuito, listas de peças e outras descrições técnicas serão facultados a pedido. Tome medidas para evitar a ocorrência de interferências electromagnéticas ou outros tipos de interferência entre este e outros aparelhos.

Perguntas mais frequentes

Pergunta	Resposta
Por que é que o aparelho não funciona?	Talvez não tenha introduzido devidamente a ficha na tomada eléctrica. Coloque devidamente a ficha na tomada eléctrica.
	Talvez haja uma falha de energia. Verifique se há corrente ligando outro aparelho.

Pergunta	Resposta
	Talvez o fio de alimentação esteja estragado. Se o fio estiver estragado, deve ser substituído pela Philips, por um centro de assistência autorizado pela Philips ou por pessoal devidamente qualificado para se evitarem situações de perigo.
	Talvez o aparelho tenha aquecido demasiado e a protecção contra o aquecimento excessivo tenha desligado o aparelho. Retire a causa do aquecimento excessivo (p. ex., uma toalha que bloqueia um ou mais orifícios de ventilação) e desligue o aparelho. Aguarde cerca de 20 minutos e depois volte a introduzir a ficha na tomada eléctrica.
Por que razão o aparelho aquece durante a utilização?	Isto é normal, pois o aparelho é aquecido pela luz da lâmpada.
O aparelho não responde quando tento definir diferentes funções. O que devo fazer?	Prima o botão Repor na parte de baixo do aparelho ou retire a ficha da tomada eléctrica e reintroduza-a. O parelho fica, deste modo, com as predefinições de fábrica.
Por que razão a luz não acende quando o alarme dispara?	Talvez tenha definido um nível da luz demasiado baixo.
	Talvez tenha desligado a função do alarme premindo o botão ALARM.
	Talvez a lâmpada esteja danificada. Substitua a lâmpada (consulte o capítulo 'Substituição').
Por que razão não posso voltar a ligar a lâmpada logo após tê-la desligado?	Tem de aguardar 3 segundos para que a intensidade da lâmpada diminua. Durante este tempo, o botão ⏻ não funciona.
Por que razão não oiço nenhum som quando o alarme dispara?	Talvez tenha definido um nível de som demasiado baixo. Rode o controlo do volume para um nível de som mais alto.
	Talvez tenha desligado a função do alarme premindo o botão ALARM.
	Se seleccionou o rádio como som do alarme (apenas nos modelos HF3462, HF3461), o rádio pode estar danificado. Prima o botão do rádio depois de ter desligado o alarme para verificar se o rádio funciona. Se não funcionar, contacte o Centro de Atendimento ao Cliente Philips do seu país.
Por que razão o rádio (apenas nos modelos HF3462, HF3461) não funciona?	A função do rádio está provavelmente danificada. Contacte o Centro de Atendimento ao Cliente Philips do seu país.
	Ligue a antena exterior se ainda não o fez. Consulte a secção 'Rádio' no capítulo 'Utilização do aparelho'.

Pergunta	Resposta
Por que razão o rádio (apenas nos modelos HF3462, HF3461) produz um ruído de crepitação?	Talvez o sinal de emissão seja fraco. Procure o sinal correcto (consulte o capítulo 'Utilização do aparelho').
O alarme disparou ontem. Por que razão não disparou hoje?	Talvez tenha desligado a função de alarme ao premir o botão ALARM. Defina o alarme para o dia seguinte e desligue o som e a luz do alarme de despertar no dia seguinte premindo o botão ⏻ (consulte o capítulo 'Utilização do aparelho').
	Talvez tenha definido um nível de som e/ou luz demasiado baixo. Defina um nível de som e/ou luz mais alto.
	Talvez tenha havido uma falha de energia com uma duração superior à capacidade do sistema de segurança. Após uma falha de energia prolongada, o visor apresenta uma hora incorrecta e a hora do alarme é 00.00. Acerte a hora do relógio (consulte 'Preparação') e a hora do alarme (consulte o capítulo 'Utilização do aparelho').
Por que razão a luz me acordou demasiado cedo/tarde?	Talvez o nível da luz definido não seja o adequado no seu caso. Experimente um nível de luz mais baixo se acordar demasiado cedo ou um nível de luz mais alto se acordar demasiado tarde. Para a maioria das pessoas, a luz é eficaz entre os níveis 9-20 (HF3451) ou 7-15 (HF3462, HF3461).
	Talvez tenha acordado demasiado tarde porque o aparelho está a um nível inferior ao da sua cabeça. Certifique-se de que o aparelho está localizado a uma altura a que a luz não seja bloqueada pela cama, edredão ou almofada.
Por que razão o botão SNOOZE não funciona?	A função snooze apenas pode ser utilizada nos 15 minutos seguintes ao alarme ter disparado. Após esses 15 minutos, o botão deixa de funcionar como botão SNOOZE e apenas funciona como botão SCREEN BRIGHTNESS CONTROL.

Introduktion

Med den här apparaten känner du dig piggare och mer i form när du vaknar. Den skapar en känsla av sommargryning som gör det lättare att vakna och stiga upp. Ljusintensiteten ökar långsamt till inställd nivå under 30 minuter. Ljus minskar nivån av sömnhormonet melatonin och ökar produktionen av hormonet kortisol som får dig att känna dig piggare när du vaknar. Du kan vakna endast till ljus eller till ljus och ljud. Du kan även använda apparaten som läslampa.

Ljus och den biologiska klockan

Exponering för ljus reglerar den biologiska klocka som styr kroppens dygnsrytm. Melatoninnivån stiger på kvällen, vilket förbereder kroppen för sömn och sänker kroppstemperaturen. Morgonljuset stimulerar utsöndringen av hormonet kortisol, som gör oss vakna och pigga. I bästa fall är dygnsrytmen synkroniserad med när vi sover och vaknar. Störd sömn och dygnsrytm kan påverka vår hälsa, prestation och produktivitet allvarligt. På hösten och vintern när dagarna är kortare och mörkare känner många människor sig trötta och behöver mer sömn. Brist på energi och svårt att stiga upp på morgonen är vanliga symtom på vintertrötthet. Andra symtom kan vara oväntade humörsvängningar, koncentrationssvårigheter och sug efter kolhydratrik mat. Vissa personer kan till och med utveckla en allvarlig depression (årstidsbunden depression, SAD) som försvinner när våren kommer.

Effekterna av gryningssimulering

Hypersomni beror på en fasförskjutning i dygnsrytmen. Väckningslampan från Philips reglerar dygnsrytmen under den sista halvtimmen sömn. Tidigt på morgonen är våra ögon mer känsliga för ljus än när vi är vakna. Under den tiden är de relativt låga ljusnivåer som en simulerad soluppgång ger tillräckligt för att vår biologiska klocka ska komma i fas så att melatoninproduktionen minskar och kortisolnivån höjs när vi vaknar. Kliniska studier visar att regelbunden användning av en gryningssimulator kan lindra även allvarliga symtom på vintertrötthet. Personer som använder väckningslampan vaknar lättare och känner sig piggare. Deras humör, produktivitet och koncentrationsförmåga förbättras. Med väckningslampan från Philips kan du ställa in den ljusnivå som motsvarar din ljuskänslighet för perfekt gryningssimulering.
Mer information om hälsofördelarna får du på www.philips.com, sökord Väckningslampa.

Allmän beskrivning (Bild 1)

A Basenhet
B Ventilationshål
C Lamphölje
D Övre kontrollpanel
1 SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL-knapp
2 ☼☼ -knapp (ljus på/av)
3 ⏻ -knapp (ljus och ljud på/av)
4 🔇 -knapp (ljud av)
E 100 W lampa (HF3462, HF3461) eller 75 W lampa (HF3451)
F Lucka för lampbyte
G Nedre kontrollpanel
1 ☼ -ratt (vrid för att ställa in ljusintensiteten)
2 ALARM-knapp
3 RADIO-knapp (endast HF3462, HF3461)
4 QUICK CHECK-knapp
5 🔊 -ratt (vrid för att ställa in volymen)
H Teckenfönster
1 ▲ -knapp
2 Tidsangivelse
3 ⏱ -knapp (för att ställa in klocktiden)

4 ⏱ -knapp (för att ställa in alarmtiden)
5 Symbol för naturligt dammljud (endast HF3462, HF3461)
6 Symbol för naturligt havsljud (endast HF3462, HF3461)
7 Symbol för naturligt skogsljud
8 Symbol för lågt pipljud
9 Radiosymbol (endast HF3462, HF3461)
10 ▼ -knapp
11 Radiofrekvensindikering (endast HF3462, HF3461)
12 Ljusnivåindikering (synlig när ljusnivån justeras)
13 Alarmtidsindikering
14 Ljudnivåindikering (synlig när ljudnivån justeras)
ⓘ Återställningsknapp

Obs! HF3462/30, HF3462/20 och HF3462/10 har samma tekniska funktioner. Det är bara färgen som skiljer. På grund av det kommer de tre versionerna endast att kallas HF3462 i resten av användarhandboken.

Viktigt

- Läs användarhandboken noggrant innan du använder apparaten och spara den för framtida bruk (Bild 2).
- Apparaten är dubbelisolerad i enlighet med klass II (Bild 3).
- Den här apparaten uppfyller kraven i EU-direktivet för medicinska enheter, MDD 93/42/EEG.
- Kontrollera att den spänning som anges på apparaten överensstämmer med den lokala nätspänningen innan du ansluter apparaten.
- Apparaten är avsedd för en nätspänning på 230 V.
- Om nätsladden är skadad måste den alltid bytas ut av Philips, ett av Philips auktoriserade serviceombud eller liknande behöriga personer för att undvika olyckor.
- Se till att apparaten inte utsätts för kraftiga stötar.
- Vatten och elektricitet är en farlig kombination. Använd inte apparaten i våta miljöer (t.ex. i badrummet eller i närheten av en dusch eller simbassäng).
- Låt inte vatten komma in i apparaten och spill inte vatten på den.
- Apparaten är inte avsedd för användning av personer (inklusive barn) med olika funktionshinder, eller av personer som inte har kunskap om hur apparaten används, om de inte övervakas eller får instruktioner angående användning av apparaten av en person som är ansvarig för deras säkerhet.
- Små barn ska övervakas så att de inte kan leka med apparaten.
- Ställ apparaten på en stabil, jämn yta och kontrollera att det finns minst 15 cm fritt utrymme runt den och 40 cm ovanför för att undvika överhettning (Bild 4).
- Använd inte apparaten vid rumstemperaturer under 10 °C eller över 35 °C.
- Se till att ventilationshålen på basenheten och längst upp på apparaten är öppna under användning.
- Torka regelbundet av damm från apparatens insida med en torr trasa, eftersom damm som samlats nära en kraftfull lampa utgör en potentiell brandfara. Läs kapitlet Rengöring och underhåll om du vill ha mer information.
- Apparaten är utrustad med ett automatiskt överhettningsskydd. Om apparaten inte kyls ned ordentligt (t.ex. för att ventilationshålen är övertäckta) slås apparaten av automatiskt. Ta bort orsaken till överhettningen, dra ur nätsladden och låt apparaten svalna i ca 20 minuter. Slå sedan på den genom att sätta i nätsladden igen.
- Låt apparaten svalna i cirka 15 minuter innan du rengör eller ställer undan den.
- Använd aldrig apparaten om lamphöljet är skadat, trasigt eller saknas.
- Vi rekommenderar att du ställer in ljusintensiteten för väckning på en inställning mellan 9 och 20 (för HF3451 med en 75 W lampa) eller mellan 7 och 15 (för HF3462, HF3461 med en 100 W lampa). Inställningarna motsvarar ljusintensitetsnivåer på 100 till 300 lux. Rätt inställning

beror på ljusintensiteten och måste avgöras av dig själv. Det är möjligt att välja en högre eller lägre inställning. Mer information finns i kapitlet Använda apparaten. Om ljusnivå 20 för HF3451 inte är tillräckligt hög rekommenderar vi att du ställer apparaten närmare sängen.
- Om du vaknar för tidigt eller med huvudvärk sänker du ljusnivån.
- Om du delar sovrum med någon kanske den personen oavsiktligt vaknar av ljuset från apparaten, trots att personen befinner sig längre ifrån apparaten. Det beror på skillnader i ljuskänslighet mellan olika personer.
- Om du börjar få svårt att vakna igen beror det förmodligen på att lampan inte avger lika mycket ljus längre, vilket inträffar efter en tid. I sådana fall kan du höja ljusnivån eller byta ut lampan.
- Rådfråga läkare innan du börjar använda väckningslampan från Philips om du har lidit eller lider av en allvarlig depression.
- Använd inte apparaten som ett sätt att minska antalet timmar du sover. Syftet med apparaten är att hjälpa dig vakna lättare. Den minskar inte ditt sömnbehov.
- Byt alltid ut lampan mot en Philips 75W E27 SOFTONE softwhite 230V T55-lampa (HF3451) eller en Philips 100W E27 SOFTONE softwhite 230V T55-lampa (HF3462, HF3461).
- Apparaten har ingen på/av-knapp. Om du vill koppla ur apparaten drar du ut nätsladden ur vägguttaget.
- Om apparaten används i ett industriområde eller i närheten av en kraftstation kan det i vissa fall hända att lampan släcks efter att den har tänts. Det har ingen skadlig effekt på apparatens säkerhet nästa gång den används.

Elektromagnetiska fält (EMF)

Den här apparaten från Philips uppfyller alla standarder för elektromagnetiska fält (EMF). Om apparaten hanteras på rätt sätt och enligt instruktionerna i den här användarhandboken är den säker att använda enligt de vetenskapliga belägg som finns i dagsläget.

Förberedelser inför användning

Installation

1. Innan du använder apparaten första gången öppnar du luckan på baksidan (se kapitlet Byten) och skruvar i lampan i lamphållaren.
2. Placera apparaten 40–50 cm från huvudet, t.ex. på nattduksbordet (Bild 5).
3. Sätt i stickkontakten i vägguttaget.
- Tiden i teckenfönstret börjar blinka och pilar visas ovanför och nedanför tiden för att visa att klocktiden måste ställas in (Bild 6).

Obs! Om teckenfönstret inte tänds när du har anslutit apparaten till elnätet trycker du på återställningsknappen längs ned på apparaten.

Ställa in klocktiden

1. Ställ in tiden med knapparna ▼ och ▲ .
2. Håll knappen nedtryckt om du vill ställa in tiden framåt eller bakåt snabbare.

Obs! När du har ställt in tiden första gången måste du trycka på knappen för tidsinställning innan du kan justera tiden igen. Tiden i teckenfönstret börjar blinka och pilar visas ovanför och nedanför tiden för att visa att klocktiden kan ställas in.

3. När du har ställt in rätt tid trycker du på knappen för tidsinställning för att bekräfta tiden (Bild 7).
- Tiden i teckenfönstret slutar blinka och pilarna försvinner.

Obs! Om du inte bekräftar tiden slutar den blinka och pilarna försvinner efter 10 sekunder. Det visar att tiden har ställts in.
Apparaten är nu klar att använda.

Använda apparaten

Ställa in alarmet

När du ställer in alarmet väljer du ljusintensitetsnivå, ljudtyp och ljudnivå. Alarmet är inställt när ljusringen runt ALARM-knappen lyser. Ljusintensiteten ökar långsamt till inställd nivå under de sista 30 minuterna innan den inställda alarmtiden. Ljudet ökar långsamt under 90 sekunder till vald nivå efter den inställda alarmtiden.

Ställa in alarmtiden

1 Tryck på knappen för alarmtid (⏰) för att ställa in alarmet. (Bild 8)
◗ Alarmtiden börjar blinka och två pilar visas ovanför och nedanför alarmtiden (Bild 9).

2 Ställ in alarmtiden, d.v.s. den tid du vill stiga upp, med knapparna ▲ och ▼. (Bild 10)

3 Håll knappen nedtryckt om du vill ställa in tiden framåt eller bakåt snabbare.

4 Tryck på knappen för alarmtid (⏰) igen för att bekräfta alarmtiden. (Bild 8)
◗ Pilarna försvinner och alarmtiden slutar blinka.

Obs! Om du inte bekräftar alarmtiden slutar den blinka efter 10 sekunder. Det innebär att alarmtiden har ställts in.

Ställa in ljudet och ljudnivån

1 Tryck på ALARM-knappen (Bild 11).
◗ Ljusringen runt ALARM-knappen tänds (Bild 12).
◗ Den första ljudsymbolen (radiosymbolen för HF3462, HF3461 och symbolen för lågt pipljud för HF3451) börjar blinka i tre sekunder och ljudet hörs.

2 Tryck på ALARM-knappen igen om du vill välja ett annat väckningsljud. När du har hittat det ljud du vill använda ska du inte trycka på ALARM-knappen igen (Bild 11).
◗ Symbolen för det valda ljudet slutar blinka efter tre sekunder vilket visar att ljudet har valts.
◗ Alarmet har ställts in och fortsätter att vara aktivt tills du stänger av alarmfunktionen. När du gör det försvinner ljudsymbolen från teckenfönstret och ljusringen runt ALARM-knappen slocknar. Se även avsnittet Slå på och stänga av alarmet.

3 Vrid på volymkontrollratten ◗ för att ställa in ljudnivån. (Bild 13)
◗ ◗ visas i teckenfönstret. (Bild 14)

4 Om du inte vill ha något väckningsljud väljer du nivå 0.

Ställa in ljusintensitetsnivån

1 Ställ in ljusintensitetsnivån med ljusjusteringsratten ☀. (Bild 15)
◗ ☀ visas i teckenfönstret.

Tips:Vi rekommenderar en ljusintensitet mellan 9 och 20 (för HF3451 med 75 W lampa) eller mellan 7 och 15 (för HF3462, HF3461 med 100 W lampa) för alarmfunktionen. Ställ in ljusintensiteten som du vill ha den genom att prova alarmfunktionen vid olika ljusintensitetsnivåer.

2 Om du inte vill ha något väckningsljus väljer du ljusintensitetsnivå 0.

Snabb alarmkontroll

1 Tryck på knappen QUICK CHECK om du vill göra ett snabbtest av väckningsalarmet (Bild 16).

- Ljusringen runt knappen QUICK CHECK tänds (Bild 17).
- Under de första 50 sekunderna av testet ser du en snabb ökning av ljusintensiteten till inställd nivå. Under de sista 40 sekunderna hör du hur det valda ljudet gradvis höjs till inställd nivå.

2 Tryck på knappen QUICK CHECK igen så avbryts testet (Bild 16).
- Ljusringen runt knappen QUICK CHECK slocknar.

Obs! Snabbtestet av väckningsalarmet fortsätter tills du trycker på knappen QUICK CHECK.

Slå på och stänga av alarmet

Ljusringen runt ALARM-knappen lyser när alarmet är påslaget. Vid den inställda tidpunkten spelas väckningsljudet upp och lampan har nått vald ljusintensitetsnivå.

1 Tryck på knappen ⏻ om du vill stänga av ljuset och väckningsljudet. (Bild 18)
- Ljusringen runt ALARM-knappen fortsätter att lysa. Alarmfunktionen är fortfarande aktiv och väckningsalarmet startar vid den inställda tiden och med valt ljud och vald ljusintensitet nästa dag (Bild 12).

2 Tryck på knappen om du vill stänga av ljudet när alarmet startar. (Bild 19)

3 Tryck på knappen om du vill stänga av lampan när alarmet startar. (Bild 20)

4 Om du vill stänga av alarmfunktionen helt trycker du på knappen ALARM en eller flera gånger tills ingen ljudsymbol visas i teckenfönstret och ljusringen runt ALARM-knappen slocknar.

Snooze

1 Tryck på knappen SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL om du vill stänga av ljudet i 9 minuter när alarmet har startat (Bild 21).
Lampan fortsätter att lysa med den inställda ljusintensitetsnivån. Efter 9 minuter spelas väckningsljudet automatiskt upp igen.

2 Håll knappen SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL nedtryckt om du vill dämpa ljuset.

Obs! Du kan bara göra det en gång. När du släpper upp knappen fungerar den som knappen SCREEN BRIGHTNESS CONTROL igen.

Obs! Du kan använda snooze-funktionen endast inom 15 minuter efter att alarmet startat. Efter 15 minuter fungerar knappen inte längre som SNOOZE-knapp utan bara som SCREEN BRIGHTNESS CONTROL-knapp.

Justera ljusintensiteten under väckningsfasen

1 Vrid på ratten för ljusjustering och välj en högre eller lägre ljusintensitet. (Bild 15)
Lampan lyser med vald intensitet under resten av väckningsfasen.

Justera teckenfönstrets ljusstyrka

1 Tryck på knappen SNOOZE/SCREEN BRIGHTNESS CONTROL om du vill justera teckenfönstrets ljusstyrka (Bild 21).
Tryck på knappen igen om du vill ställa in ljusstyrkan på en annan nivå. Det finns tre nivåer.

Obs! Knappen kan inte användas till att justera teckenfönstrets ljusstyrka när alarmet startar eller när du använder snooze-funktionen.

⏻ -knapp

1 När alarmet startar vid den inställda väckningstiden trycker du på knappen ⏻ om du vill stänga av väckningsalarmets ljus och ljud.

Obs! Alarmfunktionen fortsätter att vara aktiverad och ljuset runt alarmknappen fortsätter att lysa.

2 När läslampan och/eller radion är påslagen trycker du på knappen ⏻ om du vill stänga av läslampan och/eller radion.

När du trycker på knappen ⏻ igen tänds endast lampan.

Obs! När alarmfunktionen är aktiverad påverkas inte alarminställningarna om du trycker på knappen ⏻.

Läslampa

1 Tryck på knappen ☼ när du vill tända och släcka lampan. (Bild 20)

2 Vrid ljusjusteringsratten ☼ uppåt eller nedåt om du vill öka eller minska ljusintensitetsnivån. (Bild 15)

- I ljusnivåindikeringen i teckenfönstret ☼ visas ljusintensitetsnivån (00 till 20). (Bild 22)

Tips:Vi rekommenderar att du ställer in ljusintensiteten på 20 (maximal nivå) om du ska läsa. Om ljuset inte är tillräckligt starkt kan du tända en extra lampa.

Glöm inte att ställa in ljusintensitetsnivån på väckningsnivån igen.

Radio (endast HF3462, HF3461)

1 Tryck på RADIO-knappen när du vill slå på radion (Bild 23).

- Ljusringen runt knappen tänds (Bild 24).

2 Välj din favoritkanal med knapparna ▲ och ▼. (Bild 25)

Du kan välja FM-kanaler.

3 Du kan använda den externa antennen för bättre mottagning. Sätt i den externa antennen i antennuttaget bredvid symbolen ᛉ på apparatens baksida.

4 Tryck på RADIO-knappen när du vill stänga av radion (Bild 23).

Strömavbrott

Apparaten har ett backupsystem för att garantera att alarmet startar vid den inställda tidpunkten efter ett kort strömavbrott. Systemet har ett självladdande batteri som inte behöver bytas ut. Systemet kommer ihåg tiden i några minuter.

- Efter ett längre strömavbrott visas en felaktig klocktid i teckenfönstret och alarmtiden är 00.00. Ställ in rätt klocktid (se kapitlet Förberedelser inför användning) och rätt alarmtid (se kapitlet Använda apparaten) (Bild 6).

Återställa

1 Om apparaten inte svarar tar du ut stickkontakten ur vägguttaget och sätter tillbaka den igen. Om det inte hjälper trycker du på återställningsknappen på apparatens undersida, så återställs teckenfönstret till fabriksinställningarna (Bild 26).

Rengöring och underhåll

Dra alltid ur nätsladden och låt apparaten svalna i ca 15 minuter innan du rengör den.

Använd aldrig skursvampar, slipande rengöringsmedel eller vätskor som bensin eller aceton till att rengöra enheten.

Torka regelbundet av damm från apparatens insida med en torr trasa, eftersom damm som samlats nära en kraftfull lampa utgör en potentiell brandfara.

1 Rengör apparatens utsida med en fuktig trasa.

2 Rengör apparatens insida med en torr trasa.

- Öppna luckan för lampbyte genom att först trycka upphöjningen längst ned inåt och sedan uppåt med lite kraft (Bild 27).
- Fäll ut luckan för lampbyte så långt det går (Bild 28).
- Låt inte vatten komma in i apparaten och spill inte vatten på den (Bild 29).

Byten

Förutom lampan innehåller apparaten inga delar som kan bytas ut eller repareras.
Lampan måste bytas ut när den slutar lysa eller när ljusstyrkan blir sämre (se även kapitlet Viktigt). Du måste byta ut lampan mot en Philips 75W E27 SOFTONE softwhite 230V T55-lampa (HF3451) eller en Philips 100W E27 SOFTONE softwhite 230V T55-lampa (HF3462, HF3461). Det är endast de här lamporna som ger rätt ljusintensitet.

Byta ut lampan

1. Dra ur nätsladden.
2. Låt apparaten svalna i ca 15 minuter.
3. Öppna luckan för lampbyte genom att först trycka upphöjningen längst ned inåt och sedan uppåt med lite kraft (Bild 27).
4. Fäll ut luckan för lampbyte så långt det går (Bild 28).
5. Ta ut den gamla lampan ur lamphållaren (Bild 30).
6. Skruva i en ny lampa i lamphållaren.

Miljön

- Kasta inte apparaten i hushållssoporna när den är förbrukad. Lämna in den för återvinning vid en officiell återvinningsstation, så hjälper du till att skydda miljön (Bild 31).

Garanti och service

Om du behöver service eller information eller har problem med apparaten kan du besöka Philips webbplats på **www.philips.com** eller kontakta Philips kundtjänstcenter i ditt land (du hittar telefonnumret i garantibroschyren). Om det inte finns något kundtjänstcenter i ditt land vänder du dig till din lokala Philips-återförsäljare eller kontaktar serviceavdelningen på Philips Domestic Appliances and Personal Care BV.

Garantibegränsningar

De internationella garantivillkoren omfattar inte lampan.

Specificationer

Modell	HF3451, HF3461 och HF3462
Märkspänning	230 V
Märkfrekvens	50 Hz
Nominell ineffekt	75 W (HF3451) eller 100 W (HF3462, HF3461)
Klass	II
Klassificering	Inte klassificerad
Vattenintrång	IPX0

Modell	HF3451, HF3461 och HF3462	
Driftförhållanden	Temperatur	mellan +10 °C och +35 °C
	Relativ luftfuktighet	mellan 30 % och 90 %
Förvaringsförhållanden	Temperatur	mellan -20 °C och +50 °C
	Relativ luftfuktighet	mellan 30 % och 90 % (ingen kondensering)

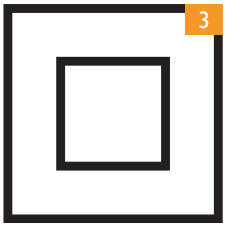
Kretsdiagram, listor över delar och andra tekniska beskrivningar kan fås på begäran.
Du bör vidta åtgärder för att förhindra elektromagnetiska störningar eller andra typer av störningar mellan apparaten och andra apparater.

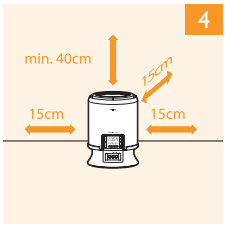
Vanliga frågor

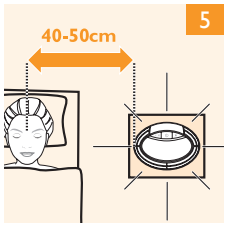
Fråga	Svar
Varför fungerar inte solariet?	Du kanske inte har satt in sladden ordentligt i vägguttaget. Sätt in sladden ordentligt i vägguttaget.
	Det kan vara strömavbrott. Kontrollera att strömförsörjningen fungerar genom att ansluta en annan apparat.
	Apparatens nätsladd kan vara skadad. Om nätsladden är skadad måste den bytas ut av Philips, ett av Philips auktoriserade servicecenter eller likvärdigt kvalificerade personer för att undvika att fara uppstår.
	Apparaten kan ha överhettats och stängts av av överhettningsskyddet. Ta bort orsaken till överhettningen (t.ex. en handduk som blockerar ett eller flera ventilationshål) och dra ur nätsladden. Vänta i ca 20 minuter och sätt sedan i nätsladden igen.
Varför blir apparaten varm vid användning?	Det är normalt eftersom apparaten värms upp av lampljuset.
Det händer ingenting när jag försöker ställa in olika funktioner. Vad ska jag göra?	Tryck på återställningsknappen längst ned på apparaten eller dra ut sladden ur vägguttaget och sätt tillbaka den igen. Apparaten är då återställd till fabriksinställningarna.
Varför tänds inte lampan när alarmet startar?	Du kanske har ställt in ljuset på en för låg nivå.
	Du kanske har stängt av alarmfunktionen genom att trycka på ALARM-knappen.
	Lampan kan vara defekt. Byt ut lampan (se kapitlet Byten).
Varför kan jag inte tända lampan igen omedelbart efter att jag har släckt den?	Du måste vänta i tre sekunder så att lampan slocknar. Under den tiden fungerar inte knappen ⏻.
Varför hörs det inget när alarmet startar?	Du kanske har ställt in ljudet på en för låg nivå. Vrid volymkontrollen till en högre ljudnivå.

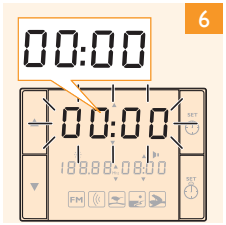
Fråga	Svar
	Du kanske har stängt av alarmfunktionen genom att trycka på ALARM-knappen.
	Om du har valt radion som alarmljud (endast HF3462, HF3461) kan det hända att radion är trasig. Tryck på radioknappen efter att du har stängt av alarmet för att kontrollera om radion fungerar. Om den inte gör det kontaktar du Philips kundtjänst i ditt land.
Varför fungerar inte radion (endast HF3462, HF3461)?	Radiofunktionen är förmodligen trasig. Kontakta Philips kundtjänst i ditt land.
	Anslut den externa antennen om du inte har gjort det ännu. Se avsnittet Radio i kapitlet Använda apparaten.
Varför sprakar det bara i radion (endast HF3462, HF3461)?	Sändningssignalen kanske är svag. Sök efter rätt signal (se kapitlet Använda apparaten).
Alarmet gick igång igår. Varför gjorde det inte det idag?	Du kanske har stängt av alarmfunktionen genom att trycka på ALARM-knappen. Ställ in alarmet för nästa dag och stäng av ljudet och ljuset för väckningsalarmet nästa dag genom att trycka på knappen ⏻ (se kapitlet Använda apparaten).
	Du kanske har ställt in ljud- och/eller ljusnivån på en för låg inställning. Ställ in en högre ljud- och/eller ljusnivå.
	Det kan ha varit ett strömavbrott som varade längre än backupsystemets kapacitet. Efter ett längre strömavbrott visas en felaktig klocktid i teckenfönstret och alarmtiden är 00.00. Ställ in rätt klocktid (se kapitlet Förberedelser inför användning) och rätt alarmtid (se kapitlet Använda apparaten).
Varför blir jag väckt för tidigt/sent av ljuset?	Den ljusnivå du har ställt in kanske inte är lämplig för dig. Prova med en lägre ljusnivå om du vaknar för tidigt eller en högre ljusnivå om du vaknar för sent. För de flesta personer är ljuset effektivt vid inställningarna 9–20 (HF3451) eller 7–15 (HF3462, HF3461).
	Du kanske vaknade för sent p.g.a. att apparaten är på en lägre nivå än ditt huvud. Se till att apparaten står så att ljuset inte blockeras av sängen, täcket eller kudden.
Varför fungerar inte SNOOZE-knappen?	Du kan använda snooze-funktionen endast inom 15 minuter efter att alarmet startat. Efter 15 minuter fungerar knappen inte längre som SNOOZE-knapp utan bara som SCREEN BRIGHTNESS CONTROL-knapp.

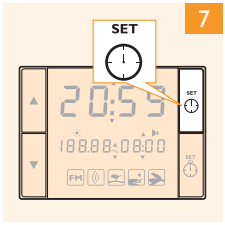
2

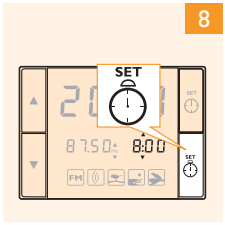

3

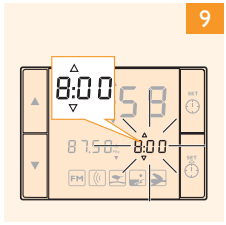

4
min. 40cm
15cm
15cm
15cm

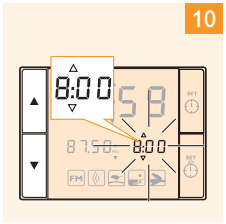

5
40-50cm

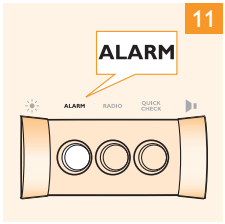

6
00:00
00:00

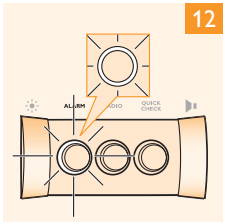

7
SET

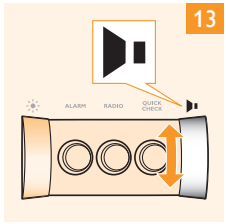

8
SET

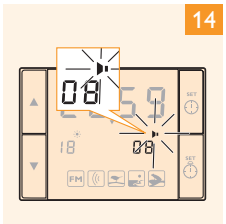

9
8:00

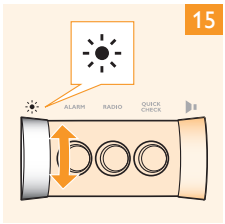

10
8:00

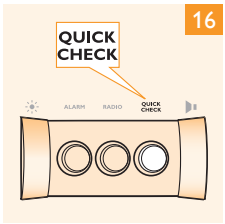

11
ALARM

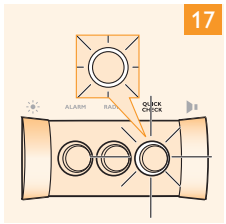

12

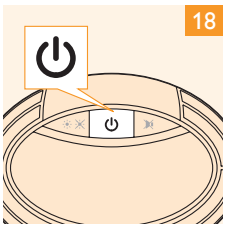

13

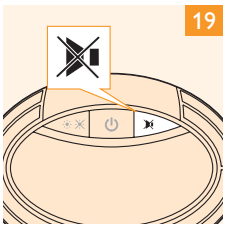

14
08

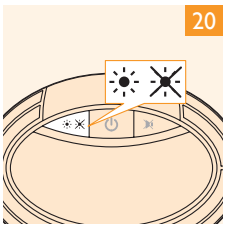

15

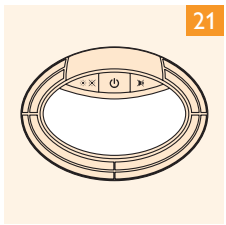

16
QUICK
CHECK


17

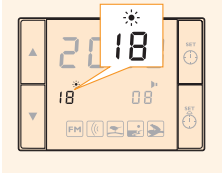

18


19


20

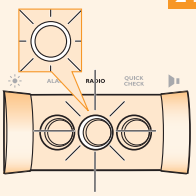

21

22

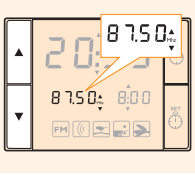


23

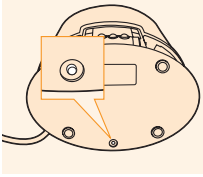
24



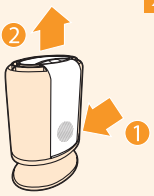
25



26



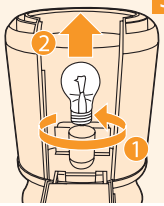
27



28

29

30



31

PHILIPS DAP B.V.
Drachten (NL)
Fax: +31(0)512594316

CE 0344

100% recycled paper
100% papier recyclé

4222.002.6782.1

www.philips.com